மங்கையர் மலர்

ஜனவரி '91

ரூ. 5/-

gayar Malar



இளமை மாறாத இனிய தோற்றம் மைசூர் ரோஸ் தந்த மாற்றம்!

அறிமுகப்படுத்தும்

மைசூர் ரோஸ்

மனம் மகிழும்
மாற்றம்.



மனம் மகிழும்
விலையில்.

இனி ஒவ்வொரு நாளும் ரோஜாவின் மணம்

உங்கள் மேனியெல்லாம் மணக்கும்.

ரோஜாவின் புதுப் பொலிவு, மென்மை.

மணம் அனைத்தும் உங்களுக்கே சொந்தம்.

பனித்துளி விழுந்த பூவைப் போல்,

பாவை உங்கள் முகமும் பொலியட்டும்.



வாசக சகோதரிகளுக்கு...

அன்பான புத்தாண்டு வாழ்த்துக்கள். உங்கள் ஒவ்வொருவர் இல்லத்திலும் அன்பும், ஆரோக்கிய மும், இன்பமும் தழைத்தோங்கட்டும்.

நம் மங்கையர் மலர் அடுத்த மாதம் பத்து ஆண்டு களை முடித்துக் கொண்டு பதினோராவது ஆண்டில் அடியெடுத்து வைக்கிறது என்பதை இந்தச் சந்தர்ப்பத் தில் பெருமிதத்துடன் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம்.

பெண்கள் பத்திரிகையாக மங்கையர் மலர் தொடங்கப்பட்டாலும், ஆண்களும் படித்து இன்று குடும்பப் பத்திரிகையாக வளர்ந்திருக்கிறது. குடும்ப உறவுகள், மருத்துவம், ஆரோக்கியம், அழகுக் குறிப்புகள் என — ஓர் இல்லம் செழிக்க எவ்வளவு விஷயங்கள் தேவையோ, அவ்வளவையும் தந்து வருகின்றது மங்கையர் மலர். அதனால்தான் உங்கள் அனைவரின் அன்பான ஆதரவோடு விற்பனையில் சமீபத்தில் ஒரு லட்சம் பிரதிகளைத் தாண்டி இருக் கிறது. இதற்காக வாசகர்களாகிய உங்கள் அனைவ ருக்கும் எங்களின் நன்றி.

இந்தச் சமயத்தில், அந்தந்த ஊரில் இருந்து கொண்டு, பத்திரிகையைப் பற்றிய கருத்துக்களைப் பகிர்ந்து கொண்டு, மங்கையர் மலர் விற்பனையை யும் கூட்டிய ஏஜெண்டுகள் அனைவருக்கும் நன்றி தெரிவித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

பத்திரிகைக்கே உயிர்நாடி போன்ற விளம்பரதாரர் களை மறக்க இயலுமா? இதுவரை இவர்கள் தந்து வந்த ஊக்கமே மங்கையர் மலரை நிமிர்ந்து நிற்கச் செய்தது.

இந்த மகிழ்ச்சிகரமான வேளையில் உங்கள் அனைவருக்கும் எங்களுடைய நன்றியைத் தெரி வித்துக் கொண்டு, மேலும் இதே ஊக்கத்தோடு செயல் படுவோம் என உறுதி கூறிக் கொள்கிறோம்.



— ஆசிரியர்.



பாலுக்கு அப்பால்...

சென்னை நகரில் திடீரென்று பாலைப் பற்றிய பிரச்னை கிளம்பியது. ஒரு பிரபல தினசரிப் பத்திரிகையில், 'கரப்பான் பூச்சி' போன்ற ஒரு பூச்சி இருந்த பால் பாக்கெட் பிரசுரமானது. ஒரு வாசகர் வீட்டுக்கு வந்த பாக்கெட்டில் இருந்ததாகச் செய்தி. ஆவின் பால் பாக்கெட்டில் பூச்சி வர சாத்தியமே இல்லை என ஆவின் அதிகாரிகள் அடித்துக் கூறினார்கள். பின் எப்படிப் பால் பாக்கெட்டில் பூச்சி.

மூலை முடுக்குகளில் இருந்தெல்லாம் கேள்விகள், ஆராய்ச்சிகள் கிளம்பின. ஆராய்ச்சிக்குப் புறப்பட்ட அதிகாரிகளுக்குப் பல திடுக்கிடும் தகவல்கள் கிடைத்தன. இதைப் பற்றி முதுநிலை விற்பனை மேலாளர் (மார்கெட்டிங்) மீர்சயாம் அலியும், துணை மேலாளர் சிவகாமி நாதனும் கூறுகிறார்கள்

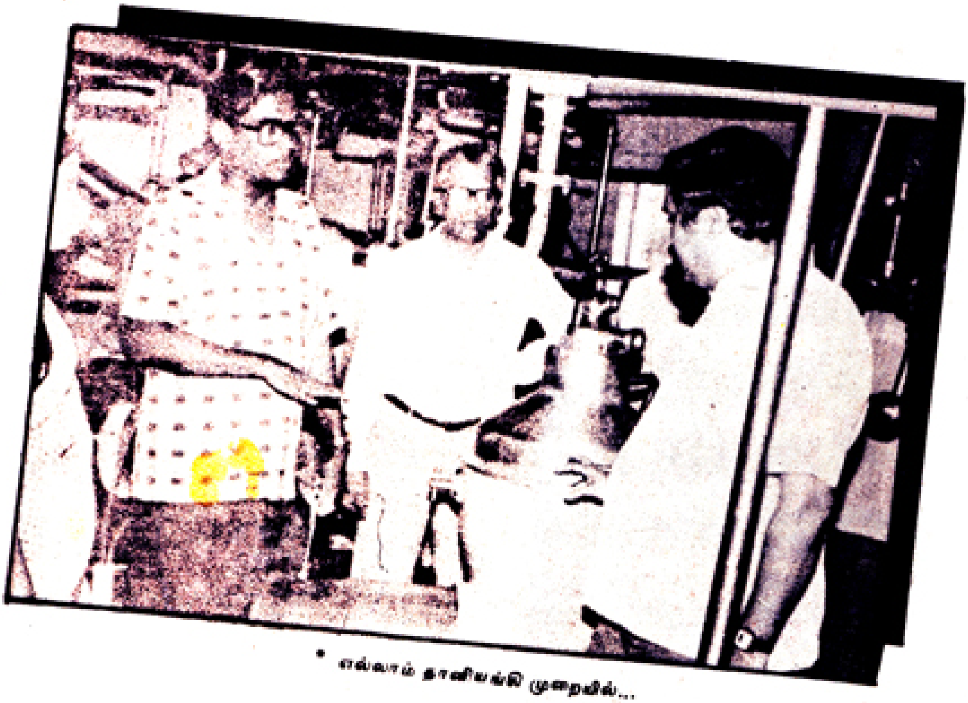
"ஆவின் பால் பாக்கெட்டுகளில் எங்களுடைய பண்ணையில் கலப்படம் நிகழ்வதற்குச் சாத்தியமே கிடையாது. ஏனெனில் தமிழ்நாட்டின் பல்வேறு ஊர்களில் இருந்து சேகரிக்கப்படும் பால் லாரிகளின் மூலமாக, சென்னை, சேலம், ஊட்டி எனப் பல ஊர்களில் இருக்கும் பால் பண்ணைகளுக்குக் கொண்டு வரப்படுகிறது. பண்ணைக்குள் வரும் பால் மிஷினில் கொட்டப்படுவதோடு சரி. அதற்குப் பிறகு பாலைப் பதப்படுத்துதல், நிலைப்படுத்துதல், கொழுப்புச் சத்தைச் சீராக்குதல் அனைத்தும் இராட்சதத் தானியங்கி கொள்கலன்களில்தான் நடைபெறுகிறது. பல்வேறு அளவுகளில் கொழுப்புச் சத்துள்ள பாலை வாங்கும் நாங்கள் 3% சதவீதம் கொழுப்புச் சத்துள்ள பாலாக மாற்றி பாக்கெட்டுகளில் அடைக்கிறோம். படத்தில் பாக்கெட்டுகளாக வெளிவரும் இயந்திரத்தை நீங்கள் காணலாம். எனவே எந்த நிலையிலும் மனிதனின் கைப்படாது இயந்திரங்களின் மூலமாகப் 'ப்ராஸஸ்' நடக்கும் பால் பாக்கெட்டில் கலப்படம் என்பது சாத்தியமே இல்லாத ஒன்று'' என்கிறார் அலி.

பின் எப்படிப் பாலில் பூச்சி வந்தது? பூச்சி மட்டுமே இல்லை, சில சமயம் ஒரே தண்ணீர் மயமாகப் பால் இருக்கும். இதெல்லாம் எப்படிச் சாத்தியம்?

இதற்குச் சிவகாமி நாதன் பதில் கூறு

* இப்படித்தான் கலப்படம்.





• எல்லாம் தானியங்கி முறையில்...

கிறார். ''விடியற்காலை மூன்று மணிக்கு ரோடில் ஆள் நடமாட்டமே இருப்பது இல்லை. அந்தச் சமயத்தில் தெருவில் பால் விநியோகிக்கச் செல்லும் ஆட்கள் மட்டுமே. எனவே இது எங்களுக்குச் சோதனை செய்ய மிகவும் வசதியான நேரம். பால் பாக்கெட்டு களில் எப்படிக் கலப்படம் நடக்கிறது என்பதைப் பல குழுக்களாகப் பிரிந்து சோதனை செய்தோம்.''

அப்படிச் செய்த போது பல மோசடி களைக் கண்டுபிடித்திருக்கிறார்கள்.

சாதாரணமாக சென்னைவாசிகளில் மிகப் பலர் பால் பாக்கெட்டுகளைத் தாமே சென்று வாங்குவதில்லை. இதற்கென்றே இருக்கும் ஆட்கள்தான் கொண்டு வந்து போடுகிறார்கள். பால் விநியோகிக்கும் இவர்கள் ஒவ்வொருவரும் நூறு இருநூறு கார்டுகளின் உரிமையாளர்களுக்குப் பாலை விநியோகிக்கிறார்கள்.

பால் கார்டு வாங்கும் சமயம் நூறு கார்டு களுக்கு அவரவர் வீட்டில் பணம் வாங்கிக் கொள்வார்கள். ஆனால் எண்பது கார்டு கள்தான் வாங்குவார்கள். இந்த எண்பது பாக்கெட் பாலையும் கொண்டு சென்று எல்லாவற்றையும் 'கட்' பண்ணி ஒரே பாத்திரத்தில் ஊற்றி, தண்ணீர் ஊற்றி நூறு பாக்கெட்டுகளில் ஒட்டி காலை ஐந்து மணிக் கெல்லாம் உங்கள் வீட்டுக்குக் கொண்டு வந்து போட்டு விடுகிறார்கள்.

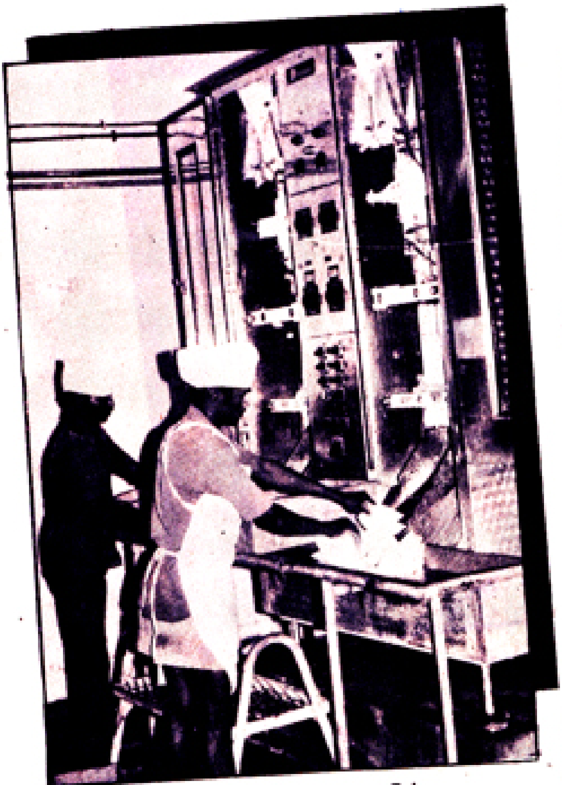
''இந்த இடத்தில்தான் பல்வேறு வகையான கிருமிகள், பூச்சிகள், நீர், அசுத்தம் சேர வாய்ப்பு இருக்கிறது. ஆனால் எங்களுடைய பால் பாக்கெட் பிரித்து அப்படியே குடிக்கக்கூடிய அளவு சுத்தமானது. அதுவும் இப்பொழுது 'டெட்ராபேக்' அறிமுகப் படுத்தியுள்ளோம். அவை நோயாளிகள் கூட அப்படியே குடிக்கலாம். ஏனெனில் பதம், நிலை, சீராக்குதல் தவிர நான்காவதாக 'அல்ட்ரா ஹீட் ட்ரீட்' எனும் முறையில் முழுமையாகக் கிருமிகளை அகற்றி, மூன்று மாதம் பால் கெடாத வகையில் 'பேக்' செய்து விடுகிறோம்'' என்கிறார் அலி.

(பதப்படுத்துதல், நிலைப்படுத்துதல் என இவர்கள் அடிக்கடி சொல்வதின் பொருள் சேகரிக்கப்படும் பால் மிக உயர்ந்த வெப்பத் தில் சூடாக்கப்பட்டு, மிகக் குளிர்ந்த நிலைக்குக் கொண்டு வரப்படுகிறது. பிறகு 3% சதவீதம் கொழுப்புச் சத்துடன் ஒரே சீராக விநியோகிக்கப்படுகிறது.)

சரி, இந்தக் கலப்படத்தை எப்படித் தடுக்கலாம்?

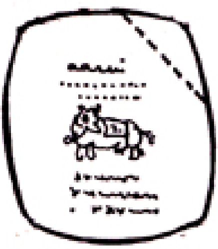
''இது இல்லத்தரசிகளின் கைகளில்தான் இருக்கிறது. பால் வாங்கி வருபவரிடம் கார்டுகளுக்கான பணத்தைக் கொடுப்ப தோடு உங்கள் கடமை முடிந்து விட்டதாக நினைக்காதீர்கள். அவர் உங்கள் கார்டு வாங்கி வந்தாரா எனக் கேட்டு வாங்கி கார்டின் பின்னால் உங்கள் பெயர், முகவரியை எழுதி விட்டுக் கொடுங்கள்".

பால் பாக்கெட்டு ஓரத்தில் கட் பண்ணிப் பாலை ஊற்றிக் கொண்டு கவரை அப்

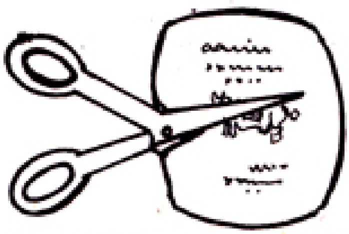


* பால் பாக்கெட்கள் விழுகின்றன.

படியே சேர்த்து எடைக்குப் போடாதீர்கள். பால் கவரை ஒன்று.



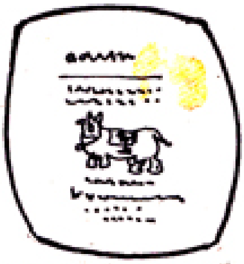
இப்படிக் 'கட்' பண்ணலாம். அல்லது நேராகக் 'கட்' பண்ணிய பிறகு.



இப்படி நடுவில் ஆழமாக ஒரு வெட்டு வெட்டி விடுங்கள். இதனால் அந்த பாக்கெட்டுகளை சமூகவிரோதிகள் மீண்டும் பயன்படுத்த முடியாது.

அதே போல கவர்களை எடைக்குப் போடுங்கள். எண்ணிப் போடாதீர்கள். இது உங்களுக்கு நஷ்டமும் கூட. ஒரு கிலோ எடைக்குச் சுமார் 230லிருந்து 250 கவர்கள் வரை நிற்கும். அதை வெட்டியிருந்தாலும் வாங்குவார்கள். எண்ணும் போது, ''என்னம்மா, 'கன்னா, பின்னா'ன்னு வெட்டிப் போடறீங்க. வேண்டாம்'' என்பார்கள்.

அடுத்தது உங்களுக்கு வரும் பால் கவரைப் பாருங்கள். மிஷின் கட் பண்ணியதில் ஷேப் பினிஷிங் இருக்கும்.



இப்படி ஒரு ஷேப்பில் பால் பாக்கெட் இருக்கும். பிரித்து நீர் ஊற்றிய பால் பாக்கெட் அத்தனை கச்சிதமாக இருக்காது. காற்று புகுந்து 'லொதலொத'வென்று இருக்கும். மெழுகு போட்டு ஒட்டிய கறுப்பு அடையாளத்தை எளிதில் கண்டுபிடிக்கலாம்.

தண்ணீர் சேர்ப்பது மட்டுமல்லாமல், சுகாதாரக் கேடுடன் இவை வழங்குவதால் பாலில் கலப்படம் நேராமல் நாம் அவசியம் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும்'' என்கிறார்கள் இவர்கள்.

''அதே போல 'ஆடோமேடிக் பூத்'தில் சரியாக ½ லிட்டர் வருகிறதா என அளக்கக் கருவியும், கலப்படம் உள்ளதா என அறிய லாக்டோ மீட்டரும் உள்ளது. நுகர்வோர் வாங்கிச் சோதிக்க உரிமையுண்டு'' என்கிறார்கள்.

இவற்றை இல்லத்தரசிகளுக்கு அறிவுறுத்துவதோடு இவர்கள் நிற்கவில்லை. தேதியும், கிழமையும் போட்டு பால் பாக்கெட்டுகளை விநியோகிக்க விரைவில் தீர்மானித்து இருக்கிறார்களாம்.

தவிரவும், அவரவர்க்குள்ளேயே பேசிக் கொண்டிருக்காமல் ஏதாவது பிரச்னை என்றால் புகார் எழுதிப் போடுங்கள். நாங்கள் உடனே கவனிக்கிறோம் என்கிறார்கள். டிசம்பர் 27—ந் தேதியிலிருந்து சென்னை முழுக்க உள்ள ஆவின் அலுவலகங்களில் நுகர்வோர் கூட்டங்களை நடத்த இருக்கிறார்களாம். அதில் கலந்து கொண்டு யோசனைகளைக் கூற வேண்டும் என்கிறார்கள்.

— பவித்ரா.

படங்கள்: விடிவெள்ளி ஆறுமுகம்.



பல்லைப் பிடுங்கிய நிலையிலே
உண்ண முடியாதபோது...
... பருகுவீர் பரிபூரண உணவை
ஆம், பருகுவீர் காம்ப்ளான். உங்கள் உடலுக்குத்
தேவையான அனைத்து 23 இன்றியமையாத
ஊட்டச்சத்துக்களும் விஞ்ஞான ரீதியில்
திட்டமிட்ட விகிதங்களில் அடங்கியுள்ள
திட்டமிட்ட பரிபூரண உணவாகும் காம்ப்ளான்.
Complan
23
மூலாதார
சத்துணவுகள்
திட்டமிட்ட
விகிதங்களில்
பால் சேர்க்கத்
தேவையில்லை
காம்ப்ளான்
திட்டமிட்ட பரிபூரண உணவு.
GX/20/202 TAM

டாக்டர் கமலா செல்வராஜ் பதில் எழுதுகிறார்...

குடும்பக் கட்டுப்பாட்டை வலியுறுத்தும் இந்நாளில் குழந்தைப் பேறில்லா தம்பதியர் பல்லாயிரக் கணக்கில் உள்ளனர். ''ஒண்ணே ஒண்ணு கண்ணே கண்ணு' என்று ஒரு குழந்தையாவது பெற்றுக் கொள்ள வேண்டும் என்று கணவனும் மனைவியும் ஆசைப்படுவது நியாயமான ஒன்றே.

டிசம்பர் '90 மங்கையர் மலரில் ராஜி என்பவர் எழுதியிருக்கும் கட்டுரை, அதைப் படித்த என்னைப் போன்ற இத்துறையில் ஈடுபட்டிருக்கும் மருத்துவருக்கே, மழலைச்



செயற்கைக் கருத்தரிப்பு எப்படிச் செய்கிறோம்?

செல்வம் வேண்டி மருத்துவரை அணுகுபவர்களைப் பயமுறுத்துவது போல அமைந்து இருப்பதாகப் பட்டது. இதே துறையில் ஈடுபட்டுள்ள மருத்துவர் என்ற முறையில் சில உண்மைகளை உங்களுக்குச் சொல்லிக் கொள்ள விரும்புகிறேன்.

தமக்குக் குழந்தைப் பிறக்கும் என்ற ஆவலாதியுடன் வருகிறார்கள். உங்களுக்குக் குழந்தை பிறக்க வாய்ப்பில்லை என்பது போலச் சொல்லப்பட்டால் உயிரையே மாய்த்துக் கொள்ளத் துணியும் அளவுக்குச் செல்கிறார்கள். எனவே அம்மன நிலையில் வருபவர்களைக் கவனமாகக் கையாள வேண்டி இருக்கிறது.

ராஜி அவர்கள் குறிப்பிட்டுள்ள இந்தப் பெண்மணி இரண்டு முறை ஹார்மோன் ஊசி போட்டுக் கொண்டதாலோ, அணுக்கள் சரியாகச் செலுத்தப்படாததாலோ இறந்திருக்க நிச்சயம் வாய்ப்பில்லை. **Spinal Anaesthesia** (முதுகுத் தண்டில் மயக்கம் கொடுத்தல்) கொடுக்கப்பட்ட விதம் கூட காரணமாக இருந்து இருக்கலாம். அது குறிப்பிட்ட மருத்துவருக்கே தெரியும்.

''புனரபி ஜனனம் புனரபி மரணம்'' என்பது போல, இறப்பு என்பது எந்த ரூபத்திலும் வரலாம். சாதாரண கர்ப்பப்பை சுத்தம் செய்வது (D & C) சரியாகச் செய்யப்படவில்லை என்றால் கூட மரணம் சம்பவிக்க வாய்ப்புண்டல்லவா? தவறே செய்யாமல் இருக்க நாங்கள் கடவுளல்லவே! நாங்களும் மனிதர்கள்தானே.

Hyperstimulation என்பது பெண்ணின் கருவகத்தில் ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட கருமுட்டைகளை வரவழைத்து **Gift, IVF** போன்ற முறைகள் செய்வதற்கு உதவும் முறை. இதற்கு ஹார்மோன் ஊசிகள் போடப்படும். இதற்கு ஒவ்வொரு நோயாளியும் ஒவ்வொரு முறையில் **Respond** செய்வார்கள். ஊசி போடப்பட்ட நான்கைந்து நாட்களுக்குள் நோயாளிகள் 'ஸ்கேன்' மூலம் கண்காணிக்கப்படுவார்கள். கருமுட்டை குறிப்பிட்ட அளவு வளர்ந்ததும் ஊசிகளை நிறுத்திவிட்டு லேசாக மயக்கம் கொடுத்து ஊசி மூலம் (ஸ்கேன் உதவியுடன்) கருமுட்டைகளை உறிஞ்சி எடுக்கிறோம். கரு இணை குழாய்கள் பழுதில்லாமல் இருந்தால் இந்த முட்டைகளை, கணவரின் விந்து அணுக்களோடு, சேர்த்து குழாயினுள் போட்டு விடுவோம். இது 'கிஃப்ட்' முறையாகும்.

கரு இணைகுழாய் பழுதடைந்து இருந்தால் கருமுட்டையையும் அணுக்களையும் வெளியே இணைய வைத்து, மயக்கம் இல்லாமலேயே கர்ப்பப்பையினுள் போடுகிறோம். இது **IVF** முறையாகும். மங்கையர் மலரில் குறிப்பிட்டு இருந்த பெண்மணிக்கு கிஃப்ட் முறை செய்யப்பட்டு இருக்க வேண்டும்.

பொதுவாக கிஃப்ட் செய்யப்பட்ட ஒரு வாரத்தில் நோயாளியை அல்ட்ராஸ்கேன் மூலம் கண்காணிப்போம். (ஹைபர்ஸ்டிமுலேஷன் சின்ட்ரோம்) அதாவது கருவகத்தினை ஊசிகளின் மூலம் எழுச்சியூட்டுவதால் உண்டாகும் நோயின் அறிகுறிகள், என்பதை மூன்று விதமாக எடுத்துக் கொள்ளலாம்.

1) ஆரம்ப **(mild) HSS**க்கான அறிகுறிகள்:

அ) அடிவயிற்றைச் சேர்ந்த நோய்க்

குறிகள் அதாவது வீக்கம், வலி போன்றவை இல்லாதிருந்தால் அல்லது மிதமாக இருத்தல்.

ஆ) கருவக வீக்கம் 5 செமீக்குக் குறைவாக இருத்தல்.

இதற்கு வைத்தியம் அவசியமில்லை. நிகழும் வாய்ப்பு 8.4% முதல் 23% வரை.

2) மிதமான (moderate) HSSக்கான அறிகுறிகள்.

அ) மிதமான அடிவயிற்று நோய்க்குறிகள்.

ஆ) கருவக வீக்கம் 10 செமீக்கு மேலாக இருத்தல்.

இ) உடலின் எடை 5 கிலோவுக்கும் மேல் ஏறுதல்.

ஈ) மிதமான மகோதரம் அல்லது அகட்டு நீர்க் கோவை (வயிற்றில் நீர் கோர்த்துக் கொள்ளுதல்).

இதற்கு வைத்தியம் அவசியமில்லை. புற நோயாளியாக இருந்து கொண்டு கண்காணிக்கப்பட வேண்டும். நிகழும் வாய்ப்பு 6% முதல் 7% வரை.

3) கடுமையான (severe) HSS க்கான அறிகுறிகள்.

அ) கடுமையான அடிவயிற்று நோய்க் குறிகள் (வலி போன்றவை).

ஆ) வாந்தி மற்றும் பேதி.

இ) கருவகம் அதிகமாக வீங்கியிருத்தல்.

ஈ) உடலின் எடை 5 கிலோவுக்கு மேல் கூடுதல்.

உ) நீர்க்கோவை, மார்பு நீர்க்கோவை நோய் மற்றும் நாடி நாளங்களில் குருதிக் கட்டு ஏற்படுதல்.

இதற்கு நோயாளி மருத்துவமனையில் சேர்க்கப்பட்டு சிகிச்சை பெற வேண்டும்.

புதியவை அறிமுகம்



ஆயுர்வேத முறையில் அதிமதுரம், புதினா போன்ற மூலிகைகளைக் கொண்டு தயாரிக்கப்பட்டுள்ளது நிவாரன் '90. இருமலுக்கான மருந்தான இது, முதன் முறையாகக் கையடக்கமான பாக்கெட்டுகளில் விற்கப்படுகிறது.

நிகழும் வாய்ப்பு 3% முதல் 2% வரை. ஆனால் இது அவ்வளவு அபாயகரமானது இல்லை. இதற்கு நோயாளிகளின் ஒத்துழைப்பும் அவசியமாகிறது.

ஹைபர்ஸ்டிமுலேஷன் செய்யப்பட்ட மூன்று பெண்மணிகள் (எங்கள் மருத்துமனையில்) போன மாதம் கருப்பையில் அணுக்களைச் செலுத்தி கர்ப்பம் அடைந்துள்ளனர். ஆறு மாதத்துக்கு முன்பு ஒரு பெண்மணி, ஹைபர்ஸ்டிமுலேஷன் செய்து கொண்டு நாங்கள் சொல்லியும் கேளாமல் அடுத்த வாரம் செக்—அப்புக்கு வராமல், ஊருக்குச் சென்று கடுமையான ஹெச்எஸ் எஸ்—க்கு ஆளானார். அங்கே உள்ள மருத்துவர் கருவகத்தின் கட்டி, புற்று நோயாக மாறலாம் எனச் சொல்லவே பயந்து எங்களுக்குப் போன் செய்து, நாங்கள் உடனே கிளம்பி வரச் சொன்னதும் இங்கே வந்து மருத்துமனையில் சேர்ந்தார். அவரது உடலிலிருந்து நாங்கள் எட்டு பாட்டில்கள் நீரை எடுத்ததும் குணமாகி வீட்டிற்குத் திரும்பினார். ஆக, நாங்கள் செய்யும் எந்த முறைக்கும் நோயாளியின் ஒத்துழைப்பு எவ்வளவு அவசியம் என்பது புரியும்.

அது போல கணவரின் அணுக்களையும் நன்றாக உள்ள அணுக்களை மட்டும் பொறுக்கி எடுத்துப் போடுதல் அவசியம். நாங்கள் முதன் முதலில் இவ்வாறு செய்யாமல் எல்லா அணுக்களையும் போட்டு, அந்தப் பெண்மணி வலியால் துடித்துக் கதற, அவளருகிலேயே இருந்து கவனித்தோம். கர்ப்பமான அவளுக்கு அபார்ஷனும் ஆகிவிட்டது. ஆனால் அதே பெண்மணி அடுத்த மாதமே கர்ப்பமாகி ஒரு குழந்தைக்கும் தாயாகி விட்டாள் என்பது வேறு விஷயம். ஆக நாங்கள் பிறகுதான் அணுக்களில் சுத்தமானவற்றை மட்டும் பிரித்துப் போடத் தெரிந்து கொண்டோம். ஆக தவறுகள் பல செய்து, திருத்திக் கொண்டால் தான் வெற்றியைப் பெற முடியும். பரிசோதனை செய்வதும் நோயாளிகளிடம்தானே செய்ய வேண்டும்? ஆகவே என்ன காரணத்தினால் அப்படி ஆயிற்று என்பதை ஆராயாமல் இதனாலும் இருக்கலாம் அதனாலும் இருக்கலாம் என்று அநாவசியமாக டாக்டர் மீது பழிபோடுவதும் தவறு.

Hippocratic Oath என்று டாக்டர்களாகிய நாங்கள் ஒரு உறுதிமொழி எடுத்துக் கொள்வதுண்டு. மனிதாபிமான ரீதியில் கடமையுணர்ச்சியுடன் ஆண்டவனின் ஏஜண்டுகள் போலத்தான் நாங்கள் உயிர்களைக் காப்பாற்றப் பாடுபடுகிறோம் என்பதைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.



குழந்தைகள் மலர்

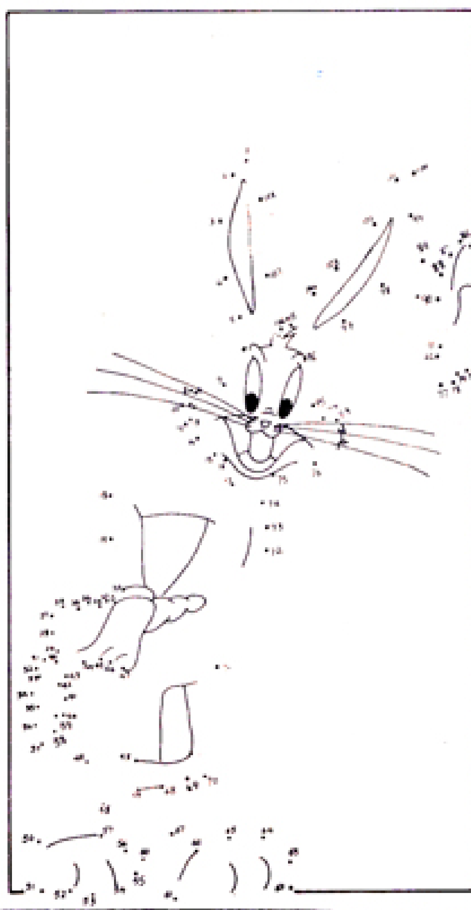
எல்லோருக்கும் மலரம்மாவோட புத்தாண்டு வாழ்த்துக்கள். நல்ல சிந்தனை, நேர்மையான உள்ளம், உறுதியான, உடல் இவற்றோட நீங்கள் நிறையச் சாதிக்க வேண்டும். 1991 ஆம் ஆண்டு உங்கள் ஒவ்வொருவருக்கும் சாதனை ஆண்டாக இருக்க வேண்டும். நீங்கள் படிப்பிலும், விளையாட்டிலும், பல்வேறு துறைகளிலும் வெற்றி பெற வேண்டும். எல்லாவற்றையும் மலரம்மாவுக்கு எழுத வேண்டும். மங்கையர் மலர் மூலமாக உங்கள் புகழ் நாடெங்கும் பரவ வேண்டும், சரிதானே?

பக்ஸ் பன்னி



Happy Birthday Bugs

உலகின் புகழ் பெற்ற கார்ட்டூன்களில் பக்ஸ் பன்னியும் ஒன்று. வார்னர் பிரதர்ஸ் கம்பெனியால் உருவாக்கப்பட்ட பக்ஸ் பன்னிக்கு இந்த வருடம் ஐம்பதாவது பிறந்த நாள். தனது பிறந்த நாளைக் கொண்டாட இந்தியாவுக்கு வந்ததும், முதலில் சென்னையில்தான் காட்சி அளித்தது. ட்ரைடண்ட் ஹோட்டலில் சமீபத்தில் நிறையக் குழந்தைகளோடு தனது பிறந்த நாளைக் கொண்டாடியது. அது கொடுத்திருக்கும் ஒரு புள்ளி இணைக்கும் படத்தை இங்கே பாருங்களேன்!



இப்போதெல்லாம் நம் நாட்டில் நிறைய விபத்துக்கள் ஆகிவிட்டன. வீட்டின் வெளியே விபத்துக்கள். வீட்டிற்குள்ளேயும் விபத்துக்கள். சில சமயம் தீயால் விபத்து நேர்கிறது. கீழே விழுந்து ரத்தம் பெருகுகிறது. தலையில் அடிபடுகிறது. ஏதாவது ஆயுதங்கள் குத்தி விடுகின்றன. இப்படி ஏற்பட்டால் நாம் பதறவே கூடாது. உடனே கவனமாக உதவி செய்ய வேண்டும். இதற்கு முதலுதவி என்று பெயர். உடனடியாக அடிபட்டவருக்குத் தேவையான உதவிகளைச் செய்துவிட்டு, அவரை மருத்துவரிடம் அழைத்துச் செல்ல வேண்டும்.

* கையில் நெருப்புப் பட்டால் முதலில் தண்ணீர் விட வேண்டும்.
* ரத்த காயமானால் அதன் மேல் பரவலாகக் கையை வைத்து ரத்தத்தை நிறுத்த வேண்டும்.
* நீரில் மூழ்கியவர்களை எடுத்து வெளியே போட்டால் அவரைக் குப்புறப் படுக்க வைக்க வேண்டும். அவர் குடித்த தண்ணீரை வெளியேற்ற வேண்டும்.



இப்படி நிறைய இருக்கிறது. இதையெல்லாம் பள்ளிகளில் 'சாரணர்கள்' போன்றவர்களுக்குச் சொல்லித் தருகிறார்கள். ஆபத்தில் உதவுவது சிறந்த பண்பு. நீங்களும் அந்த நல்ல பண்பை வளர்த்துக் கொள்ளலாமே!

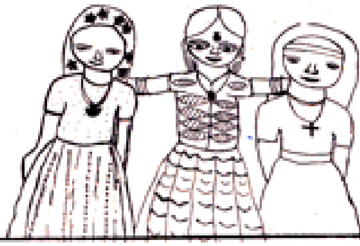
அடுத்து பீர்பாலுடைய கதை. பீர்பாலும் நல்ல ஒரு கருத்தைச் சொல்கிறார், பாருங்கள்.


உண்மையே பேசு! ஆனால் இனிமையாகப் பேசு!

அடுத்தது நம்முடைய பரிசு பெற்ற தோழர்கள். என்னுடைய தோழன் (அ) தோழி என்ற தலைப்பில் இவர்கள் வரைந்து அனுப்பி இருக்கிறார்கள்.



* இவர்கள் இணை பிரியாத தோழிகள்.



முதல் பரிசு — கே. எம். ஸ்ரீதேவி, சென்னை — 4.

* கண்ணன் என் தோழன்.



இரண்டாம் பரிசு
— ஹேமலதா, சென்னை — 24.

* மணி காட்டும் தோழன்.

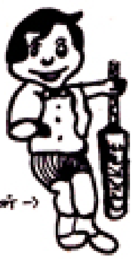


மூன்றாம் பரிசு
நிவேதா சென்னை — 33.

ஆறுதல் பரிசு பெறுபவர்கள் —

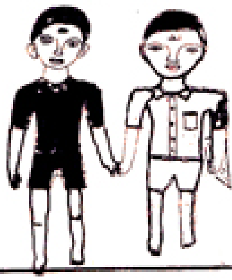




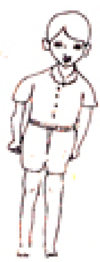


என். கமலகணேஷ்,
திருச்சி.

* எனது சந்தேகத்தைத் தீர்க்கும் தோழன்.



டி. ஆனந்தன்,
சென்னை — 30.



டி. சுப்ரமணியன்,
குமாரபாளையம்.

அடுத்த மாதம்...... பள்ளியில்......



இப்போது தேவை அதிக ஊட்டச்சத்துள்ள

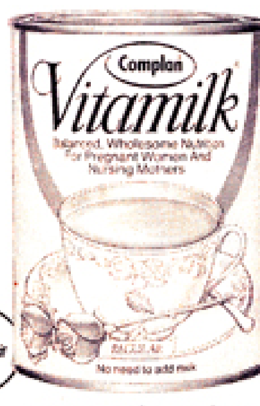
புதிய காம்ப்ளான்® விட்டாமில்க்(T)

உங்கள் வயிற்றில் இன்னொரு புதிய உயிர், உங்கள் குழந்தை வளர்ந்து கொண்டிருக்கிறது. இந்த முக்கிய நேரத்தில் சிசுவின் வளர்ச்சிக்கும், உங்கள் உடல் நலத்திற்கும் மிகத் தேவை சரியான ஊட்டச் சத்துக்கள். எனவே காம்ப்ளான்-விட்டாமில்க் அருந்துங்கள். இது கர்ப்பிணிக்கும் பிறக்கப்போகும் குழந்தைக்கும் உணவில் பற்றாத கூடுதல் ஊட்டச்சத்தை அளிக்கிறது.

காம்ப்ளான்-விட்டாமில்க்கில் காம்ப்ளானின் எல்லா நற்பயன்களும் உள்ளன. மேலும் உங்களுக்கும் பிறக்கப் போகும் குழந்தைக்கும் தேவையான கீழ்க்காணும் கூடுதல் ஊட்டச் சத்துக்கள் அடங்கியுள்ளன.

- கூடுதல் ஃபாலிக் ஆஸிடு
- கூடுதல் பால்புரதம் (22.2 கிராம்)
- கூடுதல் வைட்டமின் A, B_6 மற்றும் C
- கூடுதல் இரும்புச்சத்து, அயோடின், கால்ஷியம், ஸிங்க் மற்றும் மக்னீஷியம்.

தினமும் 2 கப்புகள்



ரெகுலர் * சாக்லேட்

உடல் நலத்தின் உறைவிடம் க்ளாக்ஸோ

GL/V/P/90 TAM

சொல்ல விரும்புகிறோம்!



வருந்தி விடாதீர்கள்!

* சங்கீத இசையரசிகளுள் மூவரில் ஒருவரான டாக்டர் எம். எல். வி. அவர்கள் கர்நாடக இசைக்குச் செய்த சேவைகளை நீங்கள் அறிவீர்கள். இந்த மாத 'மலரில்' கூட அவர் மறைவு பற்றிச் செய்தியோ, அவருக்கான அஞ்சலியோ எதுவுமே இல்லை. டாக்டர் எம். எல். வியின் சாதனைகள் பற்றி உங்களுக்கு நாங்கள் சொல்லித்தான் தெரிய வேண்டுமா? மாதர்களுக்காக நடத்தப்படும் ஒரு மலரில், பல இசையுலகப் பேரறிஞர்கள் கூட, உன்னதமான பாடகியாக அங்கீகாரம் செய்த எம். எல். வி அவர்களைப் பற்றி தாங்கள் குறிப்பிடாதது கண்டு எங்கள் நெஞ்சம் பதறுகிறது.

இக்கடிதத்தை மட்டும் பிரசுரித்து விட்டு, அடைப்புக் குறிக்குள் ("எம். எல். வி பற்றி பிரசுரிக்க இயலாமைக்கு வருந்துகிறோம் — ஆ...ர்") என்று தயவு செய்து வருந்தி விடாதீர்கள்.

சென்னை — 19. இந்திரா.

* "எக்காலத்திலும் மாறாமல் நிலையான ஒன்றாக இருக்கும் என்றால் அது கல்யாணமான ஒரு பெண், கணவனுக்கு அடிமையாக இருப்பதுதான்." இதென்ன வேலைக்குப் போகும் பெண் மட்டும் என்ன விதிவிலக்கா?" இப்படி ஒரு வேலைக்குப் போகும் பெண்ணை வாழ்வில் நடக்கும் பிரச்னையைப் பற்றி கதாசிரியர் மிகவும் அழகாக, தெளிவாக விளக்கியுள்ளார். "உயரம் தாண்டுதல்." கதையின் மூலமாக.

சிவகங்கை. ஆர். அன்னபூரணி.

* பக்தி தோய்ந்த தன் இசையை இறைவனுக்கே காணிக்கையாக்கி, ஈட்டிய செல்வம் அனைத்தையும் அறப்பணிகளுக்கே அர்ப்பணித்து, பண்பாலும், வினயத்தாலும் இத்துறையில் நூற்றாண்டுக் கொருவர் எனத் திகழும் திருமதி எம்.எஸ். சுப்புலட்சுமிக்கு அரசு அடுத்த ஆண்டே நாட்டின் மிக உயர்ந்த (இதுவரை அரசியல் வாதிகளுக்கு மட்டுமே அபூர்வமாக வழங்கப்பட்டு வந்துள்ள). பாரத ரத்னா விருதை வழங்குதல் மிகப் பொருத்தமாய் இருக்கும். அதனால் நம் பாரதக் கலாசாரத்தையே கௌரவித்தவர்கள் ஆவோம்.

சென்னை — 64. அ. ஷண்முகசுந்தரம்.

* "தேவை மனைவியின் உருவில் ஒரு தாய்" கட்டுரை அருமை. ஆனால்...

மனைவிக்கும் எதிர்பார்ப்பு, ஏக்கம், கனவு, கவலை, பிரச்னை, கோப தாபம், அனைத்தும் உண்டு என்று கணவனும் நினைக்க வேண்டும்.

தன் பொருட்டு சகலத்தையும் துறந்து வந்தவளுக்கு வாஞ்சையாய் ஒரு வார்த்தை, பரிவாய் ஒரு பார்வை, ஒரு பாராட்டு மொழி மலையைப் புரட்டும் சக்தி கொடுக்கும் என உணர வேண்டும்.

விட்டுக் கொடுத்தல், புரிந்து கொள்ளுதல் எல்லாமே இரண்டு பக்கமும் இருந்துவிட்டால், உறவுகளின் எந்த நிலையிலும் பிரச்னைகள் உருவாகாது.

கோவை — 25. ரேவதி ஸ்ரீதர்.

* ஏதோ எம்ப்ராய்டிரி செய்வதற்கு வசதியாக ஆஞ்சநேயரின் உருவத்தை வரைந்திருக்கிறார்கள் போலும் என்று எண்ணி சற்று உன்னிப்பாகக் கவனித்துப் பார்த்ததும் தெரிந்தது "ராம் ராம்" என்ற எழுத்துக்களால் உருவானது அந்த ஆஞ்சநேயர் திருஉருவம் என்று. அதனை வரைந்த குருப்ரியா அவர்களை அவசியம் பாராட்டியே ஆக வேண்டும்.

வேலூர் — 6. பொ. பொற்செல்வன்.

* இருபது ரூபாய் கன்சல்டிங் பீஸாக முன்னாடியே கட்டி, கார்டு வாங்கி, கியூவில் போய் டாக்டர் தரிசனம் கண்டேன். உடம்பு ரொம்ப பலவீனமாய் இருப்பதாகச் சொன்னேன். பத்து நிமிஷத்திற்கு உணவு பற்றி அறிவுரைகள் தான் கூறினார். ஆனால் வீட்டிற்கு வந்ததும், அன்று வந்திருந்த மங்கையர் மலரைப் பிரித்து "காலை உணவைத் தவிர்க்காதீர்கள்" கட்டுரையைப் படித்தேன். அப்பப்பா! எவ்வளவு ஆலோசனைகள்! விபரங்கள்! ஆயிரம் பொன்னைக் கொட்டிக் கொடுத்தாலும் கிடைக்காத அருமையான யோசனைகள். இப்போ எனக்குக் கன்சல்டிங் டாக்டர் மங்கையர் மலர் தான்.

திருநகர். எம்.பி. துரைஸ்வாமி.

* ஆகாயக் கோட்டை கட்டி, குழந்தைகளை அந்தரத்தில் சர்க்கஸ் பழக வைக்கும், பெற்றோரது பேராசை உணர்வினையும், இளம் பிஞ்சுகளின் அன்புத் தேடலுக்கான தவிப்பையும் துல்லியமாகச் சித்தரித்தது 'அந்த வயதில் நாங்கள்' (டிசம்பர் மாத இதழ்) பானு குமாருக்குப் பாராட்டுக்கள்.

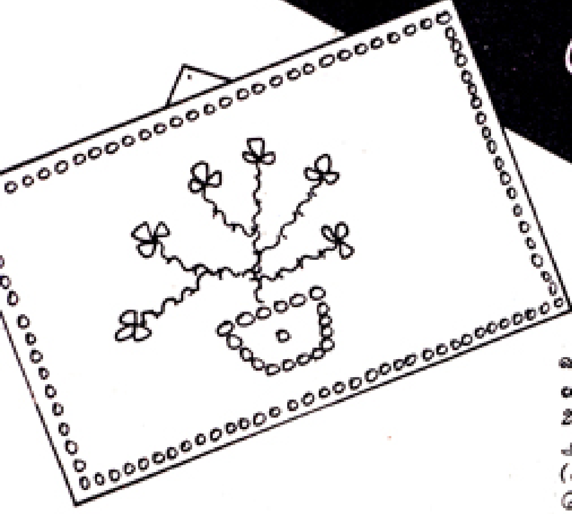
சென்னை — 17. வி. சரஸ்வதி.

அட்டை வண்ணப்படம்: டி. சி. நாகேஷ்.

ஆற்றுக்கோ, பீச்சுக்கோ போகும் போது சங்குகளையும், சிப்பிகளையும் எடுத்து வாருங்கள்.

சங்கு -சிப்பிகளில் கைவண்ணம்





தேவையான பொருட்கள்:

பழைய கார்ட்போர்டு அட்டை (அ)
daily sheet காலண்டர் அட்டை.
கலர் துணி.
பெவிகால்
சம்கி
சங்குகள்
சிப்பிகள்
ஸ்டிக்கர் பொட்டுக்கள்.

செய்முறை:

முதலில் அட்டையை சதுரம், செவ்வகம் போன்ற வடிவங்களில் வெட்டிக்கொள்ள வேண்டும். அதன் மேல் விலை குறைந்த, வீட்டிலுள்ள ரவிக்கைத் துணியை (Dark colours) (plain) அட்டையின் வடிவத்தில் 2" (extra வாக) வெட்டிக் கொண்டு பின்னர் அதை அட்டையின் மேல் வைத்து இழுத்து (சுருக்கமின்றி) பின்புறமாக பெவிகால் கொண்டு ஒட்டவும். அட்டையின் மேற்புறத்தில் வெல்கம், ஸ்ரீராமஜெயம் எனப் பிடித்ததை எழுதி. அதன் மேல் சங்கு, சிப்பிகளை ஒட்டவும். அட்டையின் ஓரங்களில் சம்கியை பார்டர் போல் ஒட்டலாம்.

பி. குறிப்பு (ஆற்றுமணலில் இருக்கும் சங்கு சிப்பிகள்)

இதே போல சதுர அட்டையில் பூஜாடி அல்லது தொட்டியில் பூச்செடி போல் வரைந்து, பூச்செடியில் உள்ள கிளைகளுக்குச் சிறிய சங்குகளையும் பூக்களுக்குச் சிப்பிகளையும் ஒட்டவும். மூன்று சிப்பிகளும் சேரும் நடுப்பாகத்தில் ஸ்டிக்கர் பொட்டுகள் அல்லது சிறிய கலர் சம்கிகளை ஒட்டலாம். இதனை ஷோ-கேஸில் வைத்து அழகுப் பார்க்கலாம்!

— புஷ்பா நரசிம்மன்.

ஒண்ணு முப்பத்தஞ்சு 1:35

சுப்ரபாரதிமணியன்

பைகள் கனக்கப் பைகள். பின்னால் அவளுக்கும், குழந்தைகளுக்குமான துணிகளையும், விளையாட்டுச் சாமான்களையும் சுமந்தபடி ஆட்கள். அத்தை, மாமாவின் புருவங்கள் உயர பார்வைகள். மருமகள் வேலைக்குப் போய்ச் சம்பாதிக்கிறாள் என்பதைப் பூரணமாய் நிரூபிக்கும் நாள். கௌரிக்கு முதல் சம்பள நாள் பற்றி நினைக்கையில் இதெல்லாம் ஞாபகம் வரும் முதலில்.

முதல் சம்பள நாளை எப்படிக் கொண்டாட வேண்டும் என்பதில் அவளுக்கு நிறைய கற்பனை இருந்தது. ஆனால் எப்படிக் கழித்திருக்கிறாள் என்பதை சம்பளம் வாங்கின நாலரை மணியிலிருந்து நினைத்துப் பார்த்தாள். சர்வர் மேஜை மேல் வைத்துப் போன ஒன்று முப்பத்தைந்துக்கான பில் இருந்தது. நகைப்பாய்ச் சிரிப்பு வந்தது.

ஆபீசை விட்டுச் சம்பளப் பணத்தை பெற்றுக் கொண்டு கிளம்பியதும் பரபரப்பாய் இருந்தது. முதலில் ஸ்வாதிக்கு ஸ்வெட்டர் வாங்கணும். கிருஷிக்கு நல்ல தாய் ஷூ. பட்டு என்றில்லாவிட்டாலும் ஐந்நூறு ரூபாய்க்கும் குறையாமல் ஒரு நல்ல புடைவை. அவருக்கு ரெடிமேட் ஷர்ட். குழந்தைகளுக்கு விளையாட்டுப் பொம்மைகள்.

சம்பளப் பணம் ஆயிரத்து எழுநூறில் இதெல்லாம் சுலபமான சாத்யம் என்றுதான் கௌரிக்குத் தோன்றியது. இதில் முதலில் எதை வாங்குவது என்ற குழப்பம் வந்தது. ஜெனரல் பஜாரில் ஸ்வெட்டர் வாங்க நல்ல கடை எது? புடைவையென்றால் பஸ் பிடித்துப் போகணும். அவருக்கு ரெடிமேட் ஷர்ட் வாங்கலாமா இல்லை வெறும் துணியை வாங்கிக் கொண்டு போகலாமா. முதலில் ஷர்ட் எடுக்கலாம். அவருக்கு எவ்வளவு வேணும்? இரண்டு மீட்டர் அல்லது இரண்டரை. இரண்டரையென்றால் ஜிப்பாவா, புல்ஷர்ட்டா? வாங்கிக்கொண்டு போவது குறைவானதாக இருந்தால் இட்டு வாங்க வேண்டும். வேண்டாம். ஸ்வாதிக்கும், கிருஷிக்கும் துணிகள் தேர்வு செய்யலாம். நடந்தபடியே நினைத்துக் கொண்டிருந்தாள். எதை முதலில் செய்வது என்பதை தீர்மானிக்க முடியாதபடி நெரிசலில் நடந்து கொண்டிருந்தாள்.

வீட்டிற்கு ரொம்பவும் தாமதமாகப் போய் விடக் கூடாது. தாமதம் என்றால் மாமா அவளின் ஆபீசுக்கு போன் செய்து கேட்பார். மாமியார் வசவசவென்று எதையாவது சொல்லிக் கொண்டிருப்பாள். குழந்தைகள் இந்த பரபரப்பில் அழலாம்.

யோசித்து யோசித்து அன்றைக்குக் கிருஷ்ணனிடம் சொன்னாள்.

"நான் வேலைக்குப் போக ஆசைப்படறேன்."

"என்ன ...?"

"வேலைக்கு ..."

மெல்லச் சிரித்தான்.

"கல்யாணம் பண்ணி ஏழு வருஷம் ஆச்சு. ரெண்டு குழந்தைகள். ரெண்டு குழந்தைகளைப் பெத்துட்டப்புறம் வேலைக்குப் போக ஆசையா ..."

"குழந்தைகள் அஞ்சு வயசுமா, ரெண்டு வயசுமா இருக்காங்க. இனி பெரிசா தொந்தரவில்லே... அதுதான் ..."

"வெளியே சொன்னா மெல்லச் சிரிப்பாங்க..."

"எதுக்கு..."

"ரெண்டு குழந்தைகளை பெத்தப்புறம் வேலைக்குப் போறதைப் பத்தி..."

"அதனாலென்ன..."

"என் சம்பளம் போதும். சரியா இருக்கே..."

"சரியா இருக்கு. அதுதான் கஷ்டம். அளந்து அளந்து செலவு பண்ண வேண்டியிருக்குது.."

"அப்படி இருந்தா போதுமே..."

"என்னைக்கும் இப்படி இருக்கறது சித்ரவதைன்னு தோணுது. படிச்சது பிரயோஜனம் இல்லாமல் போச்சுன்னா உறுத்தல் வேற."

"இப்பதா ஞானோதயம் வந்துதா ..."

"ஏழு வருஷங்களுக்கப்புறம்மாச்சும் வந்துதேன்னு ஆறுதல் பட்டுக்கறேன்.."

"வீட்டு வேலைகளுக்கே உனக்கு சரியாயிருக்கும். இதிலே.."

''பண்ணிப் பண்ணி அலுத்துப் போயிட்டேன். நீங்க ஆபீஸ் போனப்புறம் அத்தைக்கும், மாமாவுக்கும் பயந்து மூலையிலே கிடக்க வேண்டியிருக்கு. எதுக்கு முன்னே வந்து நின்னு பதில் சொன்னாலும் நாங்க ரெண்டு பேர் ஜடமா இருக்கறது தெரியலியா... நீ வந்து நிக்கறேன்னு கேள்வி. அவங்க சுதந்திரத்தை நான் எடுக்கறதில்லே: இருந்தாலும் அவங்க சுதந்திரத்திலே நான் தலையிடறதா நினைக்கறாங்க. ஒவ்வொரு பைசாவுக்கும் உங்க முன்னாலியும், அவங்க முன்னாலேயும் கை நீட்ட வேண்டி இருக்கு. உங்க முன்னாலே நிக்கறது சங்கடமில்லே. ஆனா அவங்க மருமகள்ன்னா வேலைக்காரி. அவங்களை கவனிக்க ஒரு ஆள். குடும்ப கௌரவத்தை காப்பாத்தறதுன்னு மட்டும் நினைக்கறதுனாலே அவங்ககிட்டே பத்து பைசாவுக்கும் குனிஞ்சு நிக்கறது புடிக்கலே...''

''பொருளாதார சுதந்திரம் வேணும்கறியா...''

''தீர்மானமா அப்படித்தான்னு வெச்சுக்கங்களேன்.''

''வேலை கெடைக்கறது சுலபமா...''

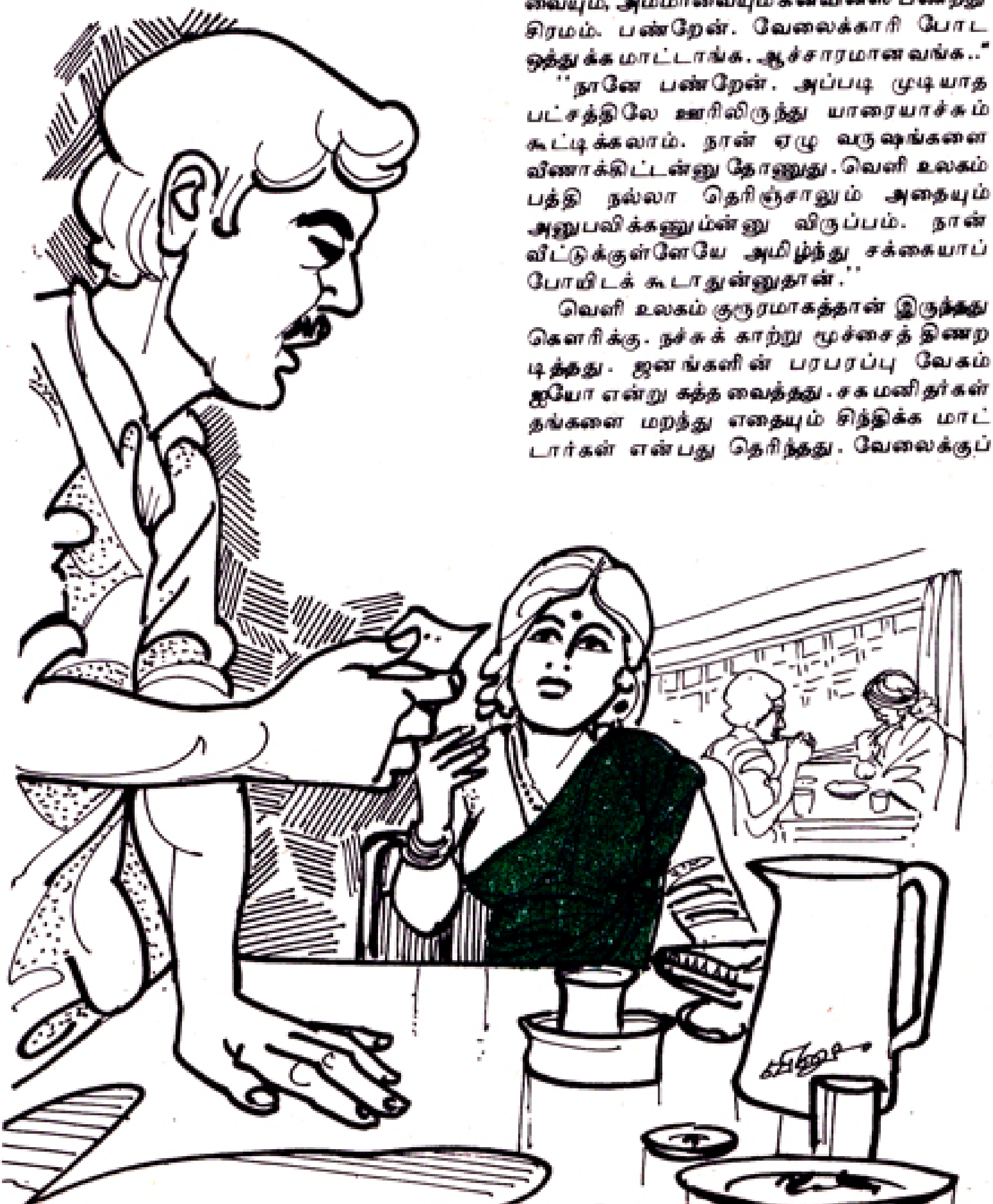
''கெடச்சதுனாலத்தான் பர்மிஷன் கேட்கறேன். ஒரு வருஷத்துக்கு மேலா டிரை பண்ணிட்டிருந்தேன்.''

ஆச்சர்யத்தில் கண்களை விரித்தான்.

''கன்கிராட்ஸ்... என்னோட பக்கமிருந்து எப்பவும் ஓ.கே.தான். எங்கப்பாவையும், அம்மாவையும் கன்வின்ஸ் பண்றது சிரமம். பண்றேன். வேலைக்காரி போட ஒத்துக்க மாட்டாங்க. ஆச்சாரமானவங்க..''

''நானே பண்றேன். அப்படி முடியாத பட்சத்திலே ஊரிலிருந்து யாரையாச்சும் கூட்டிக்கலாம். நான் ஏழு வருஷங்களை வீணாக்கிட்டன்னு தோணுது. வெளி உலகம் பத்தி நல்லா தெரிஞ்சாலும் அதையும் அனுபவிக்கணும்ன்னு விருப்பம். நான் வீட்டுக்குள்ளேயே அமிழ்ந்து சக்கையாப் போயிடக் கூடாதுன்னுதான்.''

வெளி உலகம் குரூரமாகத்தான் இருந்தது கௌரிக்கு. நச்சுக் காற்று மூச்சைத் திணற டித்தது. ஜனங்களின் பரபரப்பு வேகம் ஐயோ என்று கத்த வைத்தது. சக மனிதர்கள் தங்களை மறந்து எதையும் சிந்திக்க மாட்டார்கள் என்பது தெரிந்தது. வேலைக்குப்



போகும் பெண் என்பதால் மேயும் பார்வைகள்.

கிருஷ்ணன் அப்பாவிற்கு அடங்கின மகன். எனவே கௌரி அவர்முன் நிற்க வேண்டியிருந்தது. வாரா வாரம் பஸ் செலவிற்குக் கணக்கிட்டுக் கொடுத்தார். பகல் இரு வேளை டீக்கான காசையும் சரியாகக் கணக்கிட்டே கொடுத்தார். பந்த் அல்லது பஸ் கிடைக்காத நாட்களில் கைக் காசைப் பார்த்துச் செலவழித்தாலும், தீர்ந்து போச்சு என்று அவர்முன் நிற்க வேண்டியதானது. சட்டென விழும் தலைவலிக்கான செலவு கூட எங்கோ துண்டாடியது.

ஒரு மாதமாய் இப்படித்தான் அலைக்கழிந்து கொண்டிருந்தாள். "மொதல் சம்பளம் வந்துடட்டும். அப்புறம் எதுக்கு பஸ்சுக்கும், டீக்கும்ன்னு நிக்கணும். மாசம் முந்நூறை எடுத்து வெச்சுக்கலாம்."

மாதக் கடைசி நெருங்க நெருங்க சந்தோஷமாக இருந்தது. விட்டு விடுதலையாகி காற்றில் பறப்பது போலிருந்தது. இந்த வேளையில் கிருஷ்ணன் ஊரில் இல்லாமலிருப்பது வேதனையாக இருந்தது. ஒரு வாரம் ஆபீஸ் டூர் என்று வெளியூர் போய் விட்டான்.

"சம்பள நாளைக்கு நீங்க வந்திரணும். நாம செலிபரேட் பண்ணணும். குழந்தைகளுக்கும், நமக்கும் நிறைய துணியெடுக்கணும்..."

"எடுக்கலாம் பிரச்னையில்லே. உன் சம்பளத்தை நம்பி எங்கப்பா புது சீட்லே சேர்ந்திருக்காராமா. ஆயிரம் ரூபா கட்டணும். அளந்து அளந்து செலவு பண்ணுனா என் சம்பளம் போதாமே, உன்னோட சம்பளத்திலயாச்சும் மிச்சம் புடுச்சு கிருஷிக்கும், ஸ்வாதிக்கும் சேர்த்து வைக்கணும்ன்னார். சரின்னேன்..."

சம்பளம் வாங்கினதும் கிருஷ்ணன் சொன்னது ஞாபகம் வந்தது. சீட்டுக்கான பணம் தவிர மிச்சத்திற்கு எந்தக் கட்டுப்பாட்டையும் விதிக்கவில்லை என நினைத்தாள். எனவே துணிகளும், அவளின் தேவையான சாமான்களும் வாங்கலாம் என்பதைத் தீர்மானமாக்கி இருந்தாள்.

ஆனால் அத்தையும், மாமாவும் வேறு செலவிற்குக் கொடுக்க தன் சம்பளப் பணத்தை இன்று எதிர்பார்ப்பவர்களாய் இருந்தால்... திக்கென்றது. கிருஷ்ணன் வேறு ஊரிலில்லை. அவர் வந்திருந்தால் பரவாயில்லை. வந்திரா விட்டால்... வராத பட்சத்தில் சம்பளத்தைச் செலவு செய்து விட்டு அவர்கள் முன் போய் நிற்பது... குழப்பமாக இருந்தது.

அப்படி அவர் வந்திருந்தாலும் பணத்தைப் பாதி செலவு செய்தபின் அவர் முன் நிற்பதை விரும்புவாரா? அவர் எதுவும் சொல்லா விட்டாலும்... மாமாவும், அத்தையும் சொல்லாமலிருப்பார்களா...

"உன் சம்பளம்தான். சரி... அதுக்கு ஒரு வார்த்தை கேக்காமே செலவு பண்ணணுமாக்கும்..." — அவர்.

"குழந்தைகளுக்கும், நமக்கும்தானே செலவு..."

"யாருக்கா இருந்தா என்ன... பெரியவங்ககிட்டே சொல்லக் கூடாதா..."

"சம்பாதிக்கறாங்கற திமிர் முதல் சம்பளத்திலிருந்து காட்ட வேண்டாமா" என்பாள் அத்தை.

இவற்றையெல்லாம் வாங்கிக் கொண்டு போய் சந்தோஷமாய் குழந்தைகள் முகம் பார்க்க முடியாது. சிவந்த கோப முகங்களைப் பார்க்க நேரிடும். வார்த்தைகள் சிதறும். மனசு பரபரத்து அழும். வேண்டாம் என்றிருந்தது கௌரிக்கு.

புது உடைகளற்று குழந்தைகள் பழைய



புழுங்கலரிசி நொய்யுடன், பயத்தம் பருப்பையும் சேர்த்து, நன்கு களைந்து, சரியான அளவு தண்ணீர், ஒரு ஸ்பூன் நெய் விட்டுக் குக்கரில் வேகவைக்கவும். அதில் பால் அல்லது மோர் விட்டுக் குழந்தைகளுக்குக் காலை ஆகாரமாகக் கொடுக்கலாம். சாதம், டிபன் சாப்பிடப் பிடிக்கா விட்டால் இரண்டு டம்ளர் கொடுங்கள். பசி தாங்கும். சத்தும் கூடும். ஏன், பெரியவர்களும் குடிக்கலாம். மேலும் டிபன் சாப்பிடுவதால் ஏற்படும் நெஞ்செரிச்சல் இந்த ஆகாரத்தால் ஏற்படாது.

— பார்வதி.

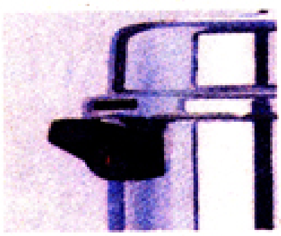
நான் விரும்பித் தேர்ந்தெடுத்தது
பட்டர்ஃபிளை ஸ்டாண்டர்டு
பிரஷர் குக்கர்
ஏனெனில் அது "மூன்று மடங்கு பாதுகாப்புடையது"



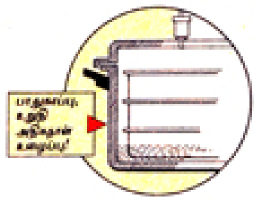
தரமான ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் பிரஷர் குக்கர்கள் மற்றும் பாத்திரங்களைப் பொறுத்தவரை பட்டர்ஃபிளை தயாரிப்புகள் மீது எனக்கு எப்பொழுதும் அபார நம்பிக்கை. ஆகவேதான் அலுமினிய ப்ரஷர் குக்கர் ஒன்று தேவைப்பட்ட போது பட்டர்ஃபிளையின் தயாரிப்போடு மற்றவைகளை ஒப்பிட்டு பார்த்தேன்.



முதலாவதாக, அழுத்தம் அதிகமானால் உருகி, நீராவியை பாதுகாப்பாக வெளியேற்ற, கவனமாக வடிவமைத்த ஸேஃப்டி வால்வு பட்டர்ஃபிளை ஸ்டாண்டர்டில் இருப்பதைத் தெரிந்து கொண்டேன்.



இரண்டாவதாக, கூடுதலான பாதுகாப்பிற்கு "கேஸ்கட் ரிலீஸ் ஸிஸ்டம்" இருப்பதையும் புரிந்து கொண்டேன்.



இதோடு மூன்றாவதாக, தேவைக்கேற்ற அளவு அலுமினியத்தில் உருவாக்கப்பட்ட அதிக உறுதியான தேகம் கொண்ட "பட்டர்ஃபிளை ஸ்டாண்டர்ட் குக்கர்" உச்ச பாதுகாப்பிற்கு மட்டுமல்ல, நீண்ட நாள் உழைப்பிற்கும் என அறிந்து கொண்டேன்.

கைபிடியோடு கூடிய சேலம் ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் உள்பாத்திரங்கள் அழகுக்கு அழகு கூட்டுவதால் பட்டர்ஃபிளை ஸ்டாண்டர்டு குக்கர் என்னுடைய பொருத்தமான தேர்வு மட்டுமல்ல, உங்களுடையதும் கூட!

பட்டர்ஃபிளை ஸ்டாண்டர்டு

பாதுகாப்பு! உறுதி!! அதிக நாள் உழைப்பு!!!

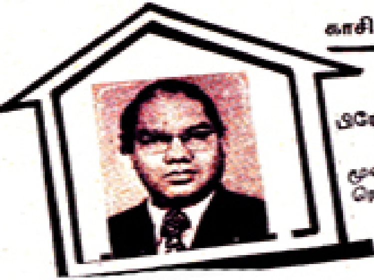


இலவசம்!
சேலம் ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் அன்னவெட்டி மற்றும் கரண்டி!

எல்லா முக்கிய கடைகளிலும், கூட்டுறவு சிறப்பங்காடிகளிலும் கிடைக்கும்.

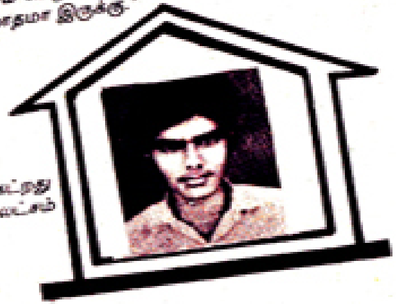
Pratibha BLR 2590 GA T

காசி பில்டர்ஸ் என்றால் ராசியான பில்டர்ஸ்



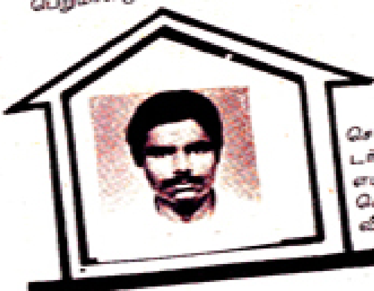
பிரேம்ராஜ் ரூ.3000/- 'ஏ' குரூப்.

'நான் காசி பில்டர்ஸ் ஹவுசிங் பெனி.'பிட் ஸ்கீம் மூலம் 3 லட்சம் பெறுமான வீட்டை அடைந்தேன். வீடு ரொம்ப பிரமாதமா இருக்கு.'



ஜி.குமார், ரூ.2000/- 'ஏ' குரூப்.

'விக்கிற விலைவாசியில சொந்தமா வீடு கட்றது சாத்தியமில்லாத விஷயம். ஆனா, இப்ப நான் 2 லட்சம் பெறுமானமுள்ள வீட்டுக்கு சொந்தக்காரன்'.



எஸ்.அந்தோணி ரூ.1500/- 'ஏ' குரூப்.

'வீடுகள் எப்படியிருக்குமோன்னு சந்தேகப்பட்டு சென்னை 91-92 ஜவஹர்லால் நேரு சாலை, காசி தியேட்டர் காம்ப்ளக்ஸில் உள்ள காசி பில்டர்ஸ் உரிமையாளர் எம்.கே.மதிவாணனை போய் பார்த்தேன். அவர் கொடுத்த விளக்கங்கள் என்னை தெளிய வைத்தது. வீடுகள் நல்லாயிருக்கு'

அடுத்த குலுக்கல் நாள் 17.02.1991.
"B", "C" குரூப்களில் உறுப்பினர்கள் சேர்த்துக் கொள்ளப்படுகின்றனர்.

17.2.91-ல் நடைபெறும் குலுக்கலில் நீங்களும் ஒரு வீடு பெறும் அதிர்ஷ்டசாலியாக இருக்கலாம் அல்லவா?

காசி குரூப் ஹவுசிங் பெனிபிட் ஸ்கீம் மூலம் பெறுவீர்



ஏ.ஆதிநாராயணன், ரூ.1000/- 'ஏ' குரூப்

'சொந்தமா வீட்ல இருந்துகிட்டே ஆயிரம் ரூபாயை வாடகை குடுக்கிற மாதிரி தவணையா குடுத்திட்டு வர்றோம். கண்ணுக்கு தெரியாம கடன் அடைஞ்சு போகுது.'



ஆர்.சேதுராமன் ரூ.1000/- 'பி' குரூப்.

'சென்னையில வீடு வாடகைக்கு கிடைக்கறது கஷ்டம். அப்படியே கிடைச்சாலும் ஒண்ணு வாடகை அதிகமா இருக்கும் அல்லது வீடு மோசமாயிருக்கும். 'காசி ஹவுசிங் பெனி.'பிட் ஸ்கீம்'ல பணம் கட்டி வந்ததால எனக்கு சொந்தமா சென்னைல வீடு கிடைச்சிருக்கு!'



எஸ்.கோவிந்தசாமி ரூ.750/- 'ஏ' குரூப்

'எங்களைப் போல் உள்ளவங்களுக்கு இந்த மாதிரி ஸ்கீம்ல வீடு வாங்கினாத்தான் உண்டு. எங்களுக்கு இது ஒரு நல்ல வாய்ப்பு' என்றார் இவர் அப்பா.

PHONE: 4821969, 4822206

இந்த திட்டத்தில் சேர விரும்புவோர் ரூ.15 செலுத்தி நேரிலும், ரூ.25/- "KASI GROUP HOUSING BENEFIT SCHEME" என்றப் பெயர்க்கு D.D அல்லது M.O. அனுப்பி விண்ணப்பங்கள் பெறலாம்.

காசி பில்டர்ஸ்

காசி A/C தியேட்டர் காம்ப்ளக்ஸ்
91-92, ஜவஹர்லால் நேரு சாலை, அசோக் நகர், சென்னை-95.

உடைகளுடனேயே இருந்தார்கள். அவருக்கு ரெடிமேட் ஷர்ட் பொருந்தாமற் போயிற்று. கிழிந்த ஸ்வெட்டரில் குளிர் இம்சித்தது. பழைய புடைவைகளில் நல்லதாய் தேர்வு செய்து கட்டிக்கொள்ளலாம். விளையாட்டு பொம்மைகளற்றும் குழந்தைகளைச் சிரிக்க வைக்க முடியும்.

நினைத்து சட்டென தீர்மானித்துக் கொண்டாலும் மனசு பரபரத்தது. தன் உழைப்பினால் வந்த சம்பளத்தின் ஒரு துளியாவது தன்னுடையது என்று மனசு உணர்ந்து அனுபவிக்க வேண்டும் என்று பட்டது. தன் சுதந்திர உணர்வின் ஒரு கணமாக அதில் அமிழ வேண்டும்.

ஆனந்த பவன் ஹோட்டலுக்குள் நுழைந்து கும்பல் கும்பலாய் உட்கார்ந்திருந்த ஆண்களைப் பார்த்தாள். திக்கென்றது. சட்டென ஹோட்டலுக்குள் தவறாக நுழைந்து விட்டோமா என்றிருந்தது. எதிரில் வந்து நின்ற சர்வர் பேமிலி ரூமை காட்டின தும் ஆசுவாசப்படுத்திக் கொண்டாள்.

நாலைந்து ஜோடிகள் தென்பட்டனர். கிருஷ்ணனுடனும், குழந்தைகளுடனும் வர வேண்டும் என்று நினைத்தாள். காப்பி மட்டும் என்றாள்.

காப்பியின் கசப்பை மெல்ல மெல்லச் சுவைத்தாள். வேறு பலகாரம் சாப்பிடுகிற ஆசையை கட்டுப்படுத்திக் கொண்டாள். மாமா சம்பளம் எவ்வளவு என்று "பே பில்லை"யும் கேட்டு விட்டால் தர வேண்டும். குறைகிறதை ஹோட்டலில் செலவு செய்ததாகச் சொல்வது சங்கடமளிக்கும். அவர்கள் நக்கலாய் நினைக்கக்கூடும். 'பே பில்' கேட்காமலிருந்தாலும் தானாகவே கொடுத்து விடுவது நல்லது என்று நினைத்தாள். வெறும் காபிக்கானத் தொகையும், பே பில்லின் தொகையும் பெரிதாய் வித்தியாசப்படாது. ஒன்று, இரண்டு ரூபாய்க்கு மாமாவின் புருவம் உயராது. எனவே வெறும் காப்பி மட்டும் போதும் என்று நினைத்தாள். சர்வர் ஒரு ரூபாய் முப்பத்தைந்து பைசாவிற்கான பில்லைத் தந்தான். "ஒண்ணு முப்பத்தைந்து" என்றான்.

வீட்டிற்குள் நுழைந்ததும் குழந்தைகள் மாமாவிடமிருந்து கௌரியை நோக்கி ஓடி வந்தார்கள். மாமா உட்கார்ந்திருந்த இடத்து மேஜை மேல் 'பே பில்லை'யும் ஒரு ரூபாய் முப்பத்தைந்து பைசா போக மீதி சம்பளப் பணத்தையும் வைத்தாள்.

ஸ்வாதி கௌரியைப் பார்த்தபடி கேட்டாள்.

"அம்மா எங்களுக்கு என்னென்னவோ வாங்கிட்டு வர்றதா சொன்னியே என்ன வாங்கிட்டு வந்தேம்மா...?"

"சம்பளம்."

மனச்சிதைவு

தெருவில் யாரோ இரண்டு பேர் எதற்கோ சிரித்துக் கொண்டிருக்க, லலிதா "அவங்க ரெண்டு பேரும் என்னைப் பற்றிதான் ஏதோ தப்பாகப் பேசிக்கிறாங்க" என்று பயப்படுகிறாள். அந்த இரண்டு பேர் மட்டுமல்ல, அவள் செல்லும் எந்தத் தெருவில் யார் சிரித்தாலும், ரகசியமாக எதையாவது பேசினாலும், அது தன்னைக் கிண்டல் செய்யவே என்று அவளுக்குத் தோன்றுகிறது. இத்தனைக்கும் நாலு பேர் கிண்டல் செய்யுமளவிற்கு அவள் வாழ்வில் எதுவுமே நடந்ததில்லை!

கடையில் சிகரெட் வாங்குகிறார் ரகு. திடீரென்று அவர் காதில் ஒரு குரல் "இந்தக் கடைக்காரர் சிகரெட்டில் விஷம் வைத்து உன்னைக் கொல்லப் போகிறார்" என்று ஒலிக்கிறது. கடைக்காரருக்கும், தனக்கும் எந்த விரோதமுமில்லையென்பதும், தான் வாங்கப் போகும் அந்த சிகரெட்டை யார் வேண்டுமானாலும் வாங்க வாய்ப்பு உண்டு என்பதும் அவரது மனத்தில் பதிய மறுக்கின்றன.

உடலைப் பாதிக்கும் நோய்களில் தலைவலி, காய்ச்சல் போன்றவற்றை சாதாரணமானவை என்றும், புற்றுநோய், நிமோனியா போன்றவற்றைக் கடுமையானவை என்றும் கருதுகிறோம் அல்லவா? அதே போல் மன நோய்களிலேயே மிகக் கடுமையானதும், தீவிரமான பாதிப்புக்களை விளைவிக்கக் கூடியதுமான ஒரு நோய் மனச் சிதைவு. இதை ஆங்கிலத்தில் ஸ்கிஸோப்ரினியா என்பர். லலிதாவும், ரகுவும் இந்த மனநோயால்தான் பாதிக்கப்பட்டவர்கள். நீங்களோ, உங்களுக்குத் தெரிந்தவர்களோ கூட இந்நோயின் ஆரம்பக் கட்டங்களில் இருக்கக்கூடும். (இந்தியாவில் சுமார் 70 லட்சம் பேர் இந் நோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் என்கிறது புள்ளி விவரம்.).

மனச் சிதைவு நோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்களின் பின்னணிப் பிரச்னைகள் கதை வடிவத்தில் தொடர்ந்து வெளிவரும். அது மட்டுமல்ல இந்தக் குறிப்பிட்ட நோயாளிகளைப் பற்றி மனவியல் நிபுணர்கள் அளிக்கும் விளக்கங்கள் மற்றும் இந் நோயை அந்த 'நோயாளி' ஆரம்பத்திலிருந்தே எப்படித் தவிர்த்திருக்கலாம் என்ற யோசனைகள் ஆர்வத்தைத் தூண்டுவதுடன், உதவியாகவும் விளங்கும்.

— மனச் சிக்கல்களைப் பற்றிய தொடர்

இன்னும் கொஞ்ச நாட்களில் தனக்குக் கல்யாணம். சுந்தரிக்கு மனத்தில் சந்தோஷம் பொங்குகிறது.

உள்ளே சத்யா தன் கணவனிடம் பேசிக்கொண்டிருக்கிறாள். ''இதோ பாருங்க. சுந்தரிக்குக் கல்யாணத்துக்காகப் பட்டுச் சேலையெல்லாம் எடுக்க வேண்டாம்.''

''பிள்ளை வீட்டார் ஒத்துக்க மாட்டாங்களே சத்யா.''

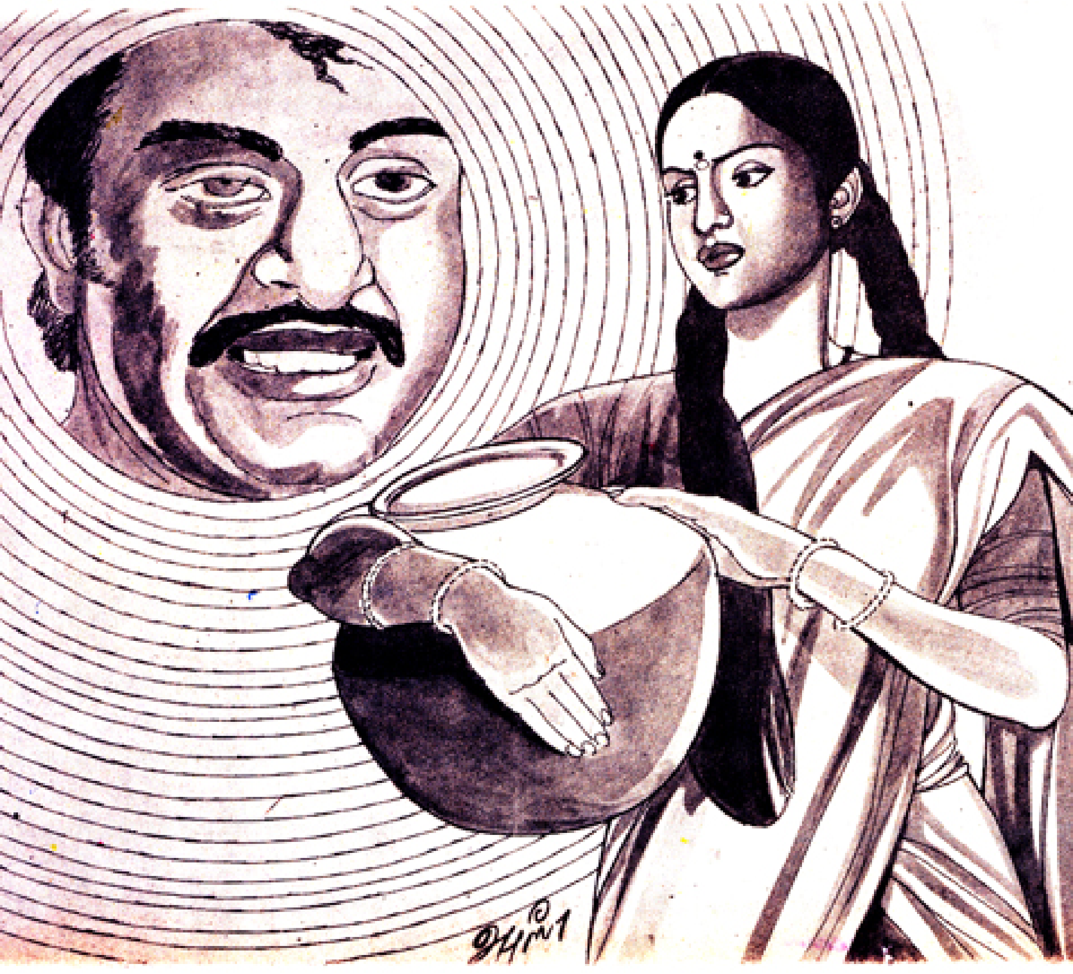
''அவசரப்படாமல் முழுசையும் கேளுங்க. நம்ம கிரிலால் சேட்டுகிட்டே ரெண்டு பட்டுப் புடைவைங்களை யாரோ அடமானத்துக்கு வச்சிப் பிறகு மீட்டுக்கவே இல்லையாம். அந்தப் புடைவைகளை நான் குறைஞ்ச விலையிலே வாங்கி வச்சிருக்கேன். சுந்தரிக்கு அது போதும்.''

இதையெல்லாம் கேட்டுக் கொண்டிருந்த சுந்தரியொன்றும் இடிந்து போய் விடவில்லை. எப்படியாவது இந்த நரகத்திலிருந்து தப்பித்தால் போதும் என்று இருக்கிறது அவளுக்கு.

அவ்வப்போது படிக்கும் கதைகளிலோ, எப்போதாவது அடுத்த வீட்டு டீவியில் பார்க்கும் சினிமாவிலோ சித்தி கதாபாத்திரம் தன் மூத்தாள் பெண்ணைக் கொடுமைப் படுத்தினால் ''இப்படியெல்லாம் கூட நடக்குமா?'' என்ற ஆச்சரியம் சுந்தரிக்கு நிச்சயம் ஏற்படுவதில்லை. காரணம் அவள் வீட்டில் அவற்றையெல்லாம் தூக்கி அடிக்கும் விதத்தில் வேதனையை அனுபவித்துக் கொண்டிருக்கிறாளே!

சுந்தரியின் மன உணர்வின் முழுமையை அவள் அப்பா புரிந்து கொண்டது இந்தக் கல்யாணத்துக்கு அவள் சம்மதித்தபோது தான். 'எனக்கு நிலையான வருமானம் இல்லை. உன் சித்தி என்னை ஆட்டி வைக்கிறது உனக்குத் தெரிந்த விஷயந்தான். வேறே வழியில்லாமத்தான் ரெண்டு காலுமில்லாத குறைந்த சம்பளக்காரன் ஒருவனுக்கு உன்னை நிச்சயம் பண்ணியிருக்கேன். எனக்கு வேறே வழியில்லேம்மா' — இவ்வளவு வசனத்தையும் சொல்லத் தயாராகத்தான் அவர் இருந்தார். ஆனால் அதற்கெல்லாம் தேவையே இல்லாமல் சுந்தரி எவ்விதத் தயக்கமுமின்றி இந்த ஏற்பாடுக்கு ஒத்துக் கொண்டாள்.

சிறையை விட்டு சீக்கிரம் வெளியே பறக்கப் போகிறோம் என்று அறிந்து கொண்ட பறவையைப் போல உணர்ந்



தாள் சுந்தரி. 'சித்தியின் கொடுமைகளி லிருந்து தப்பிக்கப் போகிறோம். தனக்குப் பிடித்த தங்கத்திலே ஒரு குறையிருந்தாலும் தரத்தினில் குறைவதுண்டோ? என்ற பாட்டைப் பாடிக் கொண்ட பாகப் பிரி வினை கணேசனுக்கு சரோஜா தேவி பணி விடை செய்வதைப் போல் தானும் செய்து நல்ல பேர் வாங்க வேண்டும். எக்காரணம் கொண்டும் பிறந்த வீட்டுக்கு வந்து தங்கக் கூடாது. தலைப்பிரசவத்திற்குக் கூட.'

தன் சந்தோஷங்களையெல்லாம் யாரிட மாவது கொட்ட வேண்டும் போலிருக்கிறது அவளுக்கு. தனக்குத்தான் தோழி என்று யாரும் கிடையாதே. கொஞ்ச நஞ்சம் நெருங்கியவர்களின் உறவையும் சித்தி கத்த ரித்து விடுவாள். தோழி என்றதும் மங்கா வின் நினைவு வருகிறது. பாவி! தன் வேத னையான நிலையை எப்படியெல்லாம் பயன்படுத்திக் கொண்டு விட்டாள்.

ஆற்றங்கரையில் குளித்துவிட்டு குடத் தில் நீரை எடுத்துக் கொண்டு வீட்டுக்குக் கிளம்பும்போதுதான் எதிர்ப் புறத்திலிருந்து விசில் சத்தம் ஒன்று கேட்கிறது. வள்ளுவர் தெருவில் இருக்கும் சோமுவா? இப்படி யெல்லாம் அவன் தன்னிடம் நடந்து கொண்டதில்லையே? என்று எழுந்த சந்தே கத்துக்கு விடையாகப் பின்னாலிருந்து ஒரு பெண்ணின் குரல். "எனக்கும் விசில் அடிக்கத் தெரியும். விசிலடிச்சுக் காமிக்கவா? இல்லே துணியோடு உன்னையும் துவைச்சுப் போடட்டுமா?"

அப்போதுதான் சுந்தரிக்குப் புரிகிறது சோமு விசிலடித்தது தனக்குப் பின்னால் நின்று கொண்டிருந்து அந்த வாசாலகக் காரியைத்தான் என்று. யாரிவள்? அன்று மங்காவை சுந்தரி சந்தித்த நேரம் மிகக் கொடியதாக இருந்திருக்கு வேண்டும்.

மங்காவின் சாதுர்யமான பேச்சில் தான் மயங்கியது. சித்தியின் கொடுமைகளில் தான் சீர்குலைவதைக் கேட்டதும் மங்கா தன்னிடம் காட்டிய பரிதாபத்தைத் தான் நிஜமென்று நம்பியது. தன்னோடு வந்தால் ஒரு சௌகரியமான வாழ்க்கையை அமைத் துத்தருவதாக மங்கா கூறியது. அதை நம்பி முட்டாள்தனமாக அவளுடன் சேர்ந்து மதுரைக்குப் போனது. அங்கே ஹோட்டல் ஒன்றில் ரூம் எடுத்துத் தங்கிய போது தன்னுடைய ஒரே சொத்தான ஒரு ஜோடி வளையலைத் திருடிக் கொண்டு மங்கா மாயமாய் மறைந்தது. ஆண்களின் வல் லூறுப் பார்வையிலிருந்து தப்பிக்க வேறு வழி தெரியாமல் அப்பாவிடமே திரும்பி வந்தது. அதற்குப் பிறகு சித்தியின் கொடுமை அதிகமானது — நிகழ்ச்சிகளும் மீண்டும் மனத்தில் சக்கர வட்டமடித்தன.

சுந்தரி தலையை உதறிக் கொண்டாள். போதும் இந்த நல்ல நேரத்தில் அவளைப் பற்றி எதற்கு நினைக்க வேண்டும், என்று தன்னையே கடிந்து கொள்ளும்போதுதான் அவள் காதில் வேறு ஏதோ குரல் ஒலிக் கிறது. "வா சுந்தரி. இந்த இடத்திலிருந்து கிளம்பி என்னிடம் வா. நாம் கல்யாணம் செய்து கொள்ளலாம்."

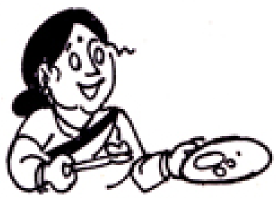
சுந்தரி திடுக்கிட்டு சுற்றுமுற்றும் பார்க் கிறாள். சோமுவின் குரலல்லவா அது? அவன் எங்கே இங்கே வந்தான்? அருகே எங்கும் அவனைக் காணோம். மனப் பிர மையோ? அவனுடைய வாளிப்பான உடலைக் கண்டு ஆற்றங்கரையில் தன் மனம் சில சமயம் சலனப்பட்டது உண்மை தான். இடத்தை விட்டு சமையலறைக்குப் போய் சப்பாத்தி மாவு பிசைய ஆரம்பிக் கிறாள் சுந்தரி.

"ஏ சுந்தரி, நீ மாவு பிசைஞ்சது



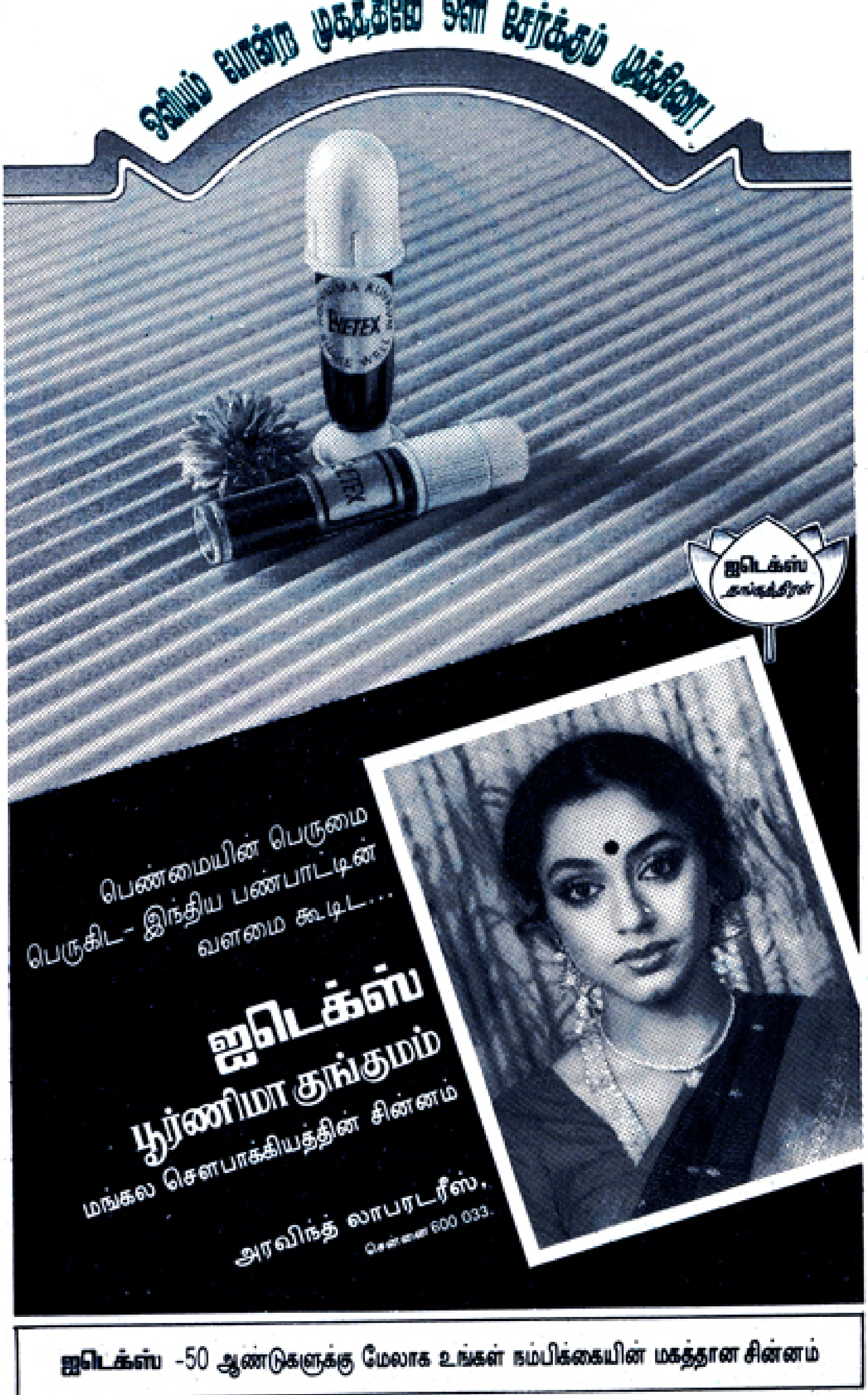
பால் பவுடரைக் கட்டியின்றிக் கலக்க சுலபமான வழி இதோ. பால் பவுடருடன் இரண்டு ஸ்பூன் சர்க்கரை சேர்த்து நன்கு கிளறவும். பின் வெந்நீர் விட்டு, ஆற்றினால் போதும்.

— இந்திரா.



கல்யாண பூஷணி, கத்திரிக்காய், முட்டை கோஸ், சௌசௌ போன்ற வைகளைப் பொரித்த கூட்டு செய்யும் பொழுது சம அளவில் பாசிப் பருப்பை 'யும் (பயத்தம் பருப்பு) கடலைப் பருப் பையும் கலந்து பாருங்கள். ரொம்ப ருசிக்கும்.

— திருமதி. தேவநாதன்.



Imageads 3087 Tam

போதைக்கு அடிமையாகாதீர்கள்

IDEAL KITCHEN

காளிக்குத்தான் முதல் நன்றி
ஆம்! எவ்வளவு நேரம் மிச்சமானது !



சமையலில் விரைவு
சத்துப்பொருளும்
வீணாவதில்லை

காளி

காப்பர்-பாட்டம் ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் சமையல் பாத்திரம்

இவரைச் சுற்றி எத்தனை வேலைகள் !
'காளி' இருப்பதால் அத்தனையும் சுலபமே.
காளி காப்பர் பாட்டம் ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல்
என்றாலே மிகவும் பெருமைப்படுகிறார்.

- ISI முத்திரை கொண்டது
- இந்திய அரசின் முதல் தேசிய விருது பெற்றது
- உயர்ந்த தரத்திற்கு AISI 304 (18/8) சேலம் ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீலால் ஆனது.

ஸாஸ் பான், கடாய், வாணலி, தோசைக்கல், ஸ்கில்லெட்ஸ்,
ஸ்டீம் குக்கர் (பெமட் 200), கிச்சன் காம்பேக்ட் ...
இப்படி பல வகைகள்.

kali
முத்திரையை
கவனித்திடுவீர் –
இதுவே அசல்
தரத்தின் ஆதாரம்!

kali kali ISI

காளி

இல்லத்தரசியின் இனிய துணை



விற்பனை ஏஜெண்ட்டுகள் : ஸ்ரீ வித்யா ஏஜென்ஸீஸ், கும்பேஸ்வரர் சன்னதி, கும்பகோணம் 612 001. ஃபோன் : 20136. சில்லறை விற்பனை நிலையம் : ஸ்ரீ எம்.வி.எம். ஸ்டோர்ஸ், கும்பேஸ்வரர் சன்னதி, கும்பகோணம் 612 001. ஃபோன் : 20136. வட்டார ஏஜெண்ட்டுகள் : சம்மு & கம்பெனி, த.பெ. எண் : 3622, M.G. ரோடு, எர்ணாகுளம், கொச்சி 682 035. ஃபோன் : 361139 • விக்டரி மெட்டல்ஸ், 101, கேட்வாடி மெயின் ரோடு, பம்பாய் 400 004. ஃபோன் : 354507/380075 • தினேஷ் எண்டர்பிரைஸஸ், 302, ப்ளாக்-22 G, செக்டார்-7, ரோஹிணி, டெல்லி 110 085. ஃபோன் : 7276879 • கௌஷிக் ஏஜென்ஸீஸ், 3, பலிட் ஸ்ட்ரீட், கல்கத்தா 700 019. ஃபோன் : 750544.

போதும். கூடத்துக்குப் போ. உன்னைப் பார்க்க அந்த முத்தையா கிழம் வந்திருக்கு."

முத்தையா தாத்தாதான் அந்த ஊரில் அவளுக்கிருந்த ஒரே ஆதரவு. விரைந்து கூடத்துக்கு வந்து தாத்தாவை வரவேற்கிறாள் சுந்தரி.

"என்ன சுந்தரி முகத்திலே இப்பவே கல்யாணக் களை வந்திடுச்சி" என்று கேலி செய்த தாத்தா தன் குரலைக் குறைத்துக் கொள்கிறார். "ஏம்மா காலில்லாதவனுக்கு உன்னைக் கட்டி வைக்கிறாங்களாமே."

"சந்தோஷமாகத்தான் தாத்தா இந்தக் கல்யாணத்துக்கு ஒத்துகிட்டேன்" என்ற சுந்தரியின் பதிலைக் கேட்டு "அது சரி இந்த வீட்டை விட எந்த வீடும் சொர்க்கமாகத் தான் தெரியும்" என்று முணுமுணுத்தபடி கிளம்பிப் போகிறார்.

தெருமுனையில் தாத்தாவின் உருவம் மறைவதைப் பார்த்துக் கொண்டிருக்கும் சுந்தரியின் உடல் திடீரென்று சிலிர்க்கிறது. அருகில் சோமுவின் குரல் ஒலிக்கிறது. "வா சுந்தரி, இந்த வீட்டை விட்டு இப்பவே கிளம்பு. நாம் உல்லாசமாக இருக்கலாம்." வேகமாகத் திரும்பிப் பார்த்தால் சோமு அங்கே நின்று கொண்டிருக்கிறான் — இல்லை இல்லை அவன் முகம் மட்டும் தெரிகிறது! பின்பு அதுவும் மறைந்து விடுகிறது.

தனக்கு அம்மா இல்லாததன் குறையை மீண்டும் ஒருமுறை நினைத்துப் பார்த்து அழுகிறாள் சுந்தரி. இந்தப் பிரச்னையை யாரிடம் சொல்வது? கையாலாகாத அப்பா "உனக்கு மனப்பிரமை" என்பார். சித்தியோ "நீ அந்த சோமுவை கள்ளப் புருஷனாக வச்சிக்கிட்டிருந்தியோ என்னவோ," என்று கூசாமல் சொல்வாள். பிரச்னையை மனதுக்குள் வைத்துக் கொள்கிறாள்; அதை வளர்த்துக் கொள்கிறாள்.

புகுந்த வீடு ரொம்பவுமே பிடித்துப் போகிறது. அன்பான கணவன், அனுசரணையான மாமியார் — நினைத்ததை விட தனக்கு நல்ல வாழ்க்கை கிடைத்து விட்டதாக உணர்கிறாள் சுந்தரி.

கல்யாணத்துக்காக எடுத்துக் கொண்ட ஒரு வார விடுமுறைக்குப் பிறகு வேலைக்குக் கிளம்புகிறான் அவள் கணவன். தன் மூன்று சக்கர வண்டியில் ஏறி அவன் செல்ல, அவனை வழியனுப்பி விட்டு உள்ளே வந்து துணிகளைத் துவைக்கத் துவங்குகிறாள் சுந்தரி. கிணற்றுச் சுவரில் சோமுவின் முகம் தெரிகிறது. "வா சுந்தரி, என்கிட்டே வா". தொடர்ந்து தவறான வார்த்தைகளை எல்லாம் சொல்கிறான். மூலையில் வைக்கப் பட்டிருந்த துடைப்பக் கட்டையை எடுத்துக் கொண்டு "இன்னொருத்தன் பெண்டாட்டி கிட்டே இப்படி இனிமேல் பேசுவியா? பேசுவியா?" என்றபடி, கிணற்றுச் சுவரை படார் படாரென்று அடிக்கிறாள். ஏதோ தேளை அடிக்கத்தான் தன் மருமகள் துடைப்பக் கட்டையை எடுக்கிறாள் என்று எண்ணிப் பின்தொடர்ந்த அவள்து மாமியார், அடிக்கும்போது சுந்தரி பேசும் வசனங்களைக் கேட்டுப் பிரமித்து நிற்கிறாள்.

பிறகென்ன, அடிக்கடி சோமுவின் குரல் கேட்பதும், அப்போதெல்லாம் சுந்தரி ஆக்ரோஷப்படுவதும், முதலில் விபூதி, மந்திரக் கயிறு, வேப்பிலை, மயில்பீலி என்று வித விதமாக அவளுக்கு சிகிச்சை செய்து மாமியார் ஒரு கட்டத்தில் அவளை வெறுக்க ஆரம்பித்ததும் தனிக் கதை.

ஆரம்பத்தில் "சித்த சுவாதீனம் இல்லாத பெண்ணை நம் தலையில் கட்டி விட்டார்கள்" என்று கோபப் பட்டாலும், நல்ல வேளையாக சுந்தரியின் கணவன் அவளை வெறுக்க வில்லை. தன்னுடைய குறைந்த சம்பளத்திலும், அவளை மனநல மருத்துவரிடம் காட்டி சிகிச்சை அளித்துக் கொண்டிருக்கிறான். ஸ்கார்ஃப் நிறுவனத்தில் கடந்த இரண்டு வருடங்களாக சிகிச்சை எடுத்துக் கொள்ளும் சுந்தரியின் மனநலம் இப்போது சற்றுத் தேவலாம். அதாவது எப்போதோ ஒருமுறைதான் சோமு அவளிடம் பேசுகிறான்.

'சுந்தரி'யைப் பற்றி ஸ்கார்ஃப் நிறுவனத்தில் இணை இயக்குனராகப் பணி புரியும் மனநல மருத்துவர் தாரா ஸ்ரீனிவாசனிடம் பெற்ற சில விளக்கங்கள் —



ஃபிரிஜ்ஜில் கறிவேப்பிலை, கொத்து மல்லி, மற்றும் வெற்றிலை, மல்லிகைப் பூ போன்றவற்றை வைக்கும் போது பாலிதீன் கவர்களில் வைப்பதைவிட, அலுமினியம் ஃபாய்ல்டு (Aluminium Foiled) கவரில் அதாவது சன்ரைஸ், புரு, நெஸ்டம் போன்றவற்றின் ரீபில் கவரில் வைத்தால் பத்து நாட்கள் ஆனாலும் கெடுவதில்லை. அழுகுவதும் இல்லை. எனது அனுபவத்தில் கண்ட உண்மை இது.

— மல்லிகா.

* காதில் ஏதேதோ குரல் கேட்பது பற்றிய உங்கள் விளக்கம் என்ன?

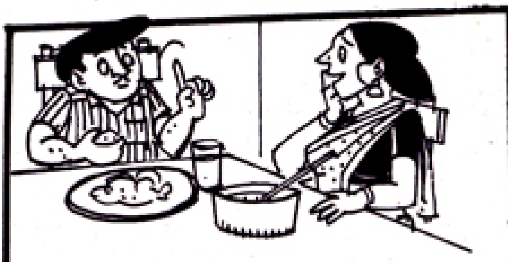
மனச் சிதைவு நோயால் பாதிக்கப் பட்டவர்களில் பெரும்பாலானோருக்கு இந்தப் பிரச்னை உண்டு. இல்லாததைப் பார்ப்பது அல்லது கேட்பது என்று இருக்கும். யாருமே பேசாதபோது குரல் கேட்பதாகச் சொல்வதும், இல்லாத பூச்சி தன் உடலின் மேல் ஊர்வதைக் காணுவதும் மனச்சிதைவு நோயாளிகளிடம் உண்டு. இதனால் சிலர் வாழ்க்கை முழுவதும் அவஸ்தைப் படுவதும் உண்டு.

* எதனால் இப்படிக் 'குரல்' கேட்கிறது?

மூளையின் ஒரு பகுதி பாதிக்கப் பட்டிருப்பதால்தான். "நான் உன்னைக் கொலை செய்யப் போகிறேன்" என்கிற மாதிரி குரல் அச்சுறுத்தலாம். ஆனால் அந்தக் குரல் பயமேற்படுத்துவதாகத்தான் இருக்க வேண்டுமென்பதில்லை. சுந்தரியே கூட கல்யாணமாகாதவளாக இருந்தால் அவளுக்கு 'அந்தக்' குரல் பிடித்திருக்கலாம். ஏனென்றால் அது அவள் தன் உள்மனத்தில் விரும்பியவனின் குரல் அல்லவா? பொதுவாக இந்த மாதிரிக் குரல்கள் நோயாளியின் மன அமைதியைக் குலைப்பதுவாக உள்ளன என்றாலும் மிகச் சிலர் மட்டும் "அந்தக் குரலை மறைய வைக்காதீங்க. எனக்கு அந்தக் குரல் ரொம்ப நிம்மதியை அளிக்குது" என்று சொல்வதுண்டு.

* பொதுவாக சுந்தரி போன்றோருக்கு எந்த மாதிரி சிகிச்சை அளிப்பீர்கள்?

மருந்துகள் மூலமாகத்தான். தவிர, "இந்தக் குரலிலிருந்து தப்பிக்க நீங்கள் என்ன செய்வீர்கள்?" என்போம். "ரேடியோ கேட்பேன்," "உடனே வேறே யாரிடமாவது போய் அவங்க கிட்டே பேச ஆரம்பிப்பேன்." என்கிற மாதிரி பதில்கள் வந்தால், அவற்றையே கடைப் பிடிக்கச் சொல்லி நினைவூட்டுவோம். இவை மிகுந்த பலனளிக்கும்.



துவரம் பருப்பு வேக வைக்கும் போது பருப்புடன் ஒரு ஸ்பூன் வெந்தயத்தையும் கலந்து வேக வைத்தால் சாம்பார் இரவு வரை ஊசிப் போகாமல் இருப்பதுடன் உடம்புக்கும் நல்லது.

— எஸ். பட்டம்மாள்.

* எந்தக் கட்டத்தில் சிகிச்சைக்கு வருதல் நல்லது?

ஆரம்ப கட்டத்தில்தான். குரல் கேட்க ஆரம்பித்து ஒரு வாரத்துக்குள் கூட்டி வந்தால் சுமார் மூன்று மாதங்களில் பலன் கிடைக்கக் கூடும்.

* இந்தக் குரல் கேட்கும் வித்தைக்கு ஏதாவது விஞ்ஞான விளக்கங்கள் உள்ளனவா?

இப்போது நான் உங்கள் கேள்விக்கு பதில் சொல்லிக் கொண்டிருக்கிறேன். சுற்றிவர டெலிபோன் சத்தம், தெருவில் போகும் கார் சத்தம் எல்லாம் இருந்தாலும் நம் மூளை மற்ற சத்தங்களை வடிகட்டி விட்டு உங்கள் கேள்வியைப் பதிய வைத்துக் கொள்கிறது. இதை "ஃபில்டர் தியரி மெக்கானிஸம்" என்போம். இதில் கோளாறு ஏற்பட்டால் குரல் கேட்கலாம்.

* பய உணர்ச்சிக்குக் காரணம் மூளையின் ஒரு குறிப்பிட்ட பகுதிதான் என்று கண்டுபிடித்துள்ளதாக சமீபத்தில் பத்திரிகை ஒன்றில் படித்தேன். அந்த மாதிரி மனச்சிதைவு நோயாளிகளின் மூளையின் எந்த பாகம் பாதிக்கப்படுகிறது என்பதைக் கண்டறியப் பட்டிருக்கிறதா?

இவ்வகை நோயாளிகளுக்கு மூளையின் ஒரு குறிப்பிட்ட பகுதி பாதிக்கப்பட்டுள்ள சாத்தியக் கூறு உண்டுதான். ஆனால் இந்த நோயால் அந்த பாதிப்பு ஏற்பட்டதா? அல்லது பாதிப்பால் அந்த நோய் ஏற்பட்டதா என்பதை மருத்துவ உலகம் கண்டறியவில்லை.

* சுந்தரி போன்ற பெண்களால் இல்வாழ்வை சரியான முறையில் நடத்த முடியுமா?

மனச்சிதைவுக்குக் கொடுக்கப் படும் மருந்துகள் சற்று வீரியம் உடையவைதான். என்றாலும் நோய் வெளிப்படும் சமயங்களைத் தவிர அவர்கள் சாதாரணமாகவே இருப்பர். இத்தகைய பெண்களின் கணவன்மார்களுக்கு ஒரு வேண்டுகோள். 'உங்கள் மனைவியிடம் கொஞ்சம் கருணையோடு நடந்து கொள்ளுங்கள். உடல் நோயைப் போன்றதுதான் மனநோயும். அந்தப் பெண்ணின் மனச்சிதைவு நோயைப் போக்க உங்களின் ஒத்துழைப்பு தேவை.' சுந்தரி இந்த விதத்தில் கொடுத்து வைத்தவள்.

பேட்டி: **அருணா சரண்யா.**



கர்ப்பத்தடைக்கு நான் என்ன செய்கிறேன் என்பதை மற்றவர்கள் அறிய வேண்டிய அவசியமென்ன?

கர்ப்பத்தடை என்பது மிகவும் அந்தரங்கமான, நாசூக்கான விஷயம் என கருதுபவள் நான். அதே சமயம் ஒரு பெண்ணின் அந்தரங்கம் மற்றும் சுய கௌரவத்திற்கு மதிப்பு கொடுப்பதாகவும் இருக்க வேண்டும்.

இக்கருத்தே, என் சுய அனுபவத்தை உங்களைப் போன்ற இதர பெண்மணிகளுடன் பகிர்ந்து கொள்ள தூண்டுகிறது. இது ஏதேனும் விழிப்புணர்ச்சியை ஏற்படுத்துகிறதா என பார்ப்போம்! பெரும்பாலான ஆண்களைப் போல்தான் என் கணவரும். கர்ப்பம் தரிக்காமல் காப்பது மனைவியின் பொறுப்பே என்கிற எண்ணம். கர்ப்பத்தடை சம்பந்தமாக எந்த ஆலோசனையும் அவள் பெருந்தன்மையுடன் ஒப்புக் கொள்ள வேண்டும். மாட்டேன் எனக் கூற முடியுமா? கேவலம்... பெண்தானே!

உங்களுக்கு சிரிப்பு வரலாம், நம்மில் பலருக்கும் இதே நிலைதான். நானும் இதற்கு விதிவிலக்கல்ல. ஆனால் ஒருநாள் எல்லாவற்றுக்கும் முற்றுப்புள்ளியாக வந்தது டுடே. இது முற்றிலும் புதிய கருத்தடை முறை. சர்வதேசமெங்கும் மிகப் பிரபலமாக உள்ள இது இப்போது இந்தியாவிலும் கிடைக்கிறது.

மிகச்சிறிய வில்லை வடிவில் உள்ள இதை உடலில் பாதுகாப்பு தேவைப்படும் தருணத்தில் அந்தரங்கமாகவும் எளிதாகவும் பொருத்திக் கொள்ளலாம்.

இப்பொழுது எல்லாமே என் கையில்தான் இருகிறது! வேண்டாத கர்ப்பம் ஏற்பட்டு விடுமோ... பக்கவிளைவுகள் ஏதும் ஏற்படுமோ என்கிற கவலை ஏதும் இன்றி நிம்மதியாக இருக்கிறேன். அத்துடன் வாழ்விலும் ஒரு கட்டுப்பாடு, முழுமையான திருப்தி எல்லாமாக ஒரு நிறைவு!

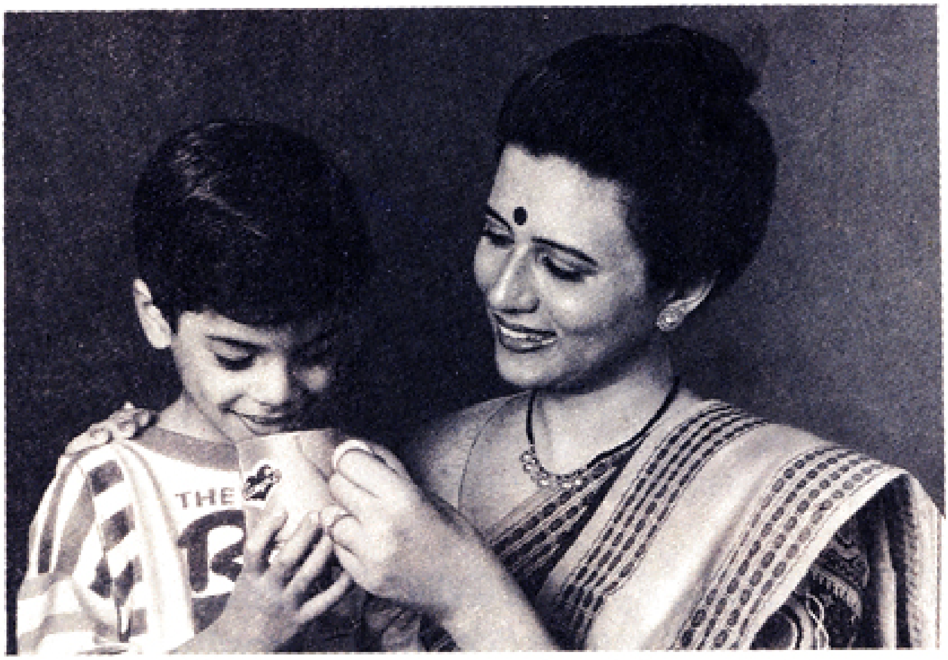
சுயமரியாதை, கௌரவம் இவற்றை பாராட்டுபவர்களாக இருந்தால், நான் ஏன் என் அந்தரங்க அனுபவத்தை உங்களுடன் பகிர்ந்து கொண்டேன் என்பதை புரிந்து கொண்டிருப்பீர்கள்.

இனி இது உங்கள் கையில்தான்.

டுடே பெண்களின் அந்தரங்கக் கருத்தடை சாதனம்.

'டுடே' பற்றிய இலவச கைப்புத்தகம் பெற இம் முகவரிக்கு எழுதவும்: ப்ரிமிஸ் கெமிக்கல்ஸ் அண்ட் ஃபார்மஸ்யூட்டிகல்ஸ் இந்தியா லிட். ஸ்கை பேக் ஹவுஸ் அனெக்ஸ், மரோல், அந்தேரி (கிழக்கு), பம்பாய் 59.





அவனுக்குத் தேவை ஜோரான ருசி...

அம்மாவுக்கோ போஷாக்கில்தான் குறி...

இருவரும் விரும்புவது

புதிய கேம்ப்கோ வின்னர்

TOP QUALITY LOW PRICE

இது ஜோரான ருசியுள்ள சாக்கலேட் பானம். மற்ற பானங்களைவிட மும்மடங்கு அதிகமாக வின்னரில் உள்ள சாக்கலேட் கலவை குழந்தைகளுக்குக் குதூகலமூட்டுகிறது.

ருசி மட்டுமா? சக்தி தரும் குளுகோஸ் சத்தும் நிறைந்தது வின்னர். எனவேதான் பிள்ளைகளோடு அன்னையரும் வின்னரையே விரும்பித் தேர்ந்தெடுக்கின்றனர்.

குழந்தைகளின் முழுமையான வளர்ச்சிக்கு அத்தியாவசியமான வைட்டமின்களும் மினரல்களும் நிறைந்த வின்னர் சூடான மற்றும் குளிர்ச்சியான பாலில் மிக எளிதாகக்கரைகிறது.

கேம்ப்கோ வின்னரையே தேர்ந்தெடுங்கள்.
அது ருசியில் 'வின்னர்'.
போஷாக்கிலும் 'வின்னர்'.



கேம்பகோ லிமிடெட் மங்களூர்

பிரார்த்தனை ஜாக்கிரதை

பரீட்சை நடக்கும் காலங்களில் எல்லாம் மூலைக்கு மூலை இருக்கும் கோவில்களில் எல்லாம் எத்தனை கூட்டம்! எத்தனை கற்பூர ஆராதனை! எத்தனை தேங்காய் உடைப்புகள்! உண்டிகள் நிரம்பி வழியும். மற்ற நேரங்களில், பத்தில் ஒரு பங்கு கூட்டம் கூட அந்தக் கோவில்களுக்கு வராது.

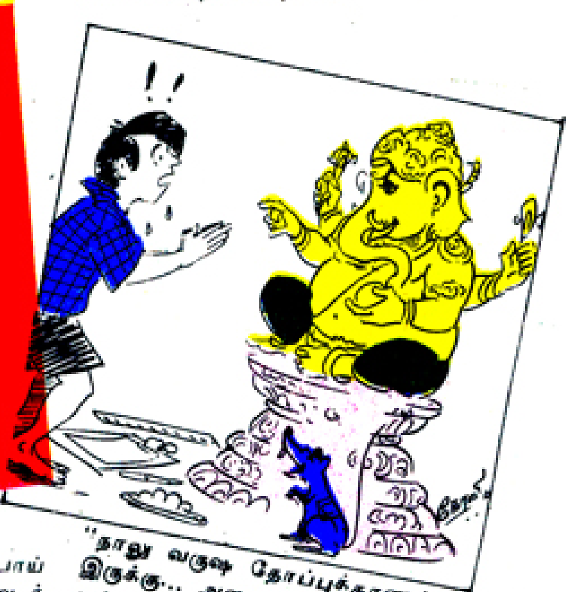
மாணவர்கள் படிக்க இருக்கிறார்களோ இல்லையோ, பத்து பைசா கற்பூரம் ஏற்றியவுடன் கடவுள் அதில் திருப்திபட்டு அவர்களை அதிக மார்க் வாங்கச் செய்வார் என்ற நம்பிக்கை. அந்த நம்பிக்கை ஏற்படுவதினாலேயே அவர்கள் நன்றாக எழுதலாம். ஆனால் யாருமே வெறுமனே பிரார்த்தனை செய்வது இல்லை. ''உனக்கு இதைச் செய்கிறேன். நீ எனக்கு இதைத் தா'' என்ற பேரம் பேசுவதே நம்மில் பலருக்கும் வழக்கம்.

''பத்து பைசா கற்பூரம் கொளுத்தினால் பத்தாயிரம் கிடைத்தது. பத்தாயிரம் ரூபாய் கற்பூரம் கொளுத்தினால் எவ்வளவு கிடைக்கும்'' என்று நாகேஷ் ஒரு படத்தில் பேசிய வசனம் என்றும் நம் நினைவில் இருக்கும்.

பிரார்த்தனைகளை ஏதோ ஒரு உத்வேகத்தில் செய்து விட்டு. நாம் வேண்டிக் கொண்ட காரியம் நிறைவேறியவுடன் செய்து கொண்ட பிரார்த்தனையை மறந்து விடுவது பலருக்கும் வழக்கம். பின்னால் ஏதோ ஒரு கஷ்டம் வரும் போது நிறைவேற்றாத பிரார்த்தனைகள் எல்லாம் நினைவுக்கு வந்து செய்ய முயல்வதும் சகஜம். அப்படிப்பட்ட சந்தர்ப்பங்களில் பல பிரார்த்தனைகள் நிறைவேற்ற முடியாத சூழ்நிலைகளில் இருப்பதும், அதனால் ஒரு குற்ற உணர்வு ஏற்படுவதும் எல்லோரிடமுமே காணப்படுகின்ற ஒன்றுதான்.

1. டூர் டூராகப் பிரார்த்தனைகள்:

பிரபாகரன் வீடு கட்டிக் கொண்டிருந்த சமயத்தில் வட இந்தியாவின் பல பகுதிகளுக்கும் ஆபீஸ் விஷயமாக அடிக்கடி டூர் போய்க் கொண்டிருந்தார். அங்கிருந்த பல கோவில்களுக்கும் சென்று வீடு ஒழுங்காகக் கட்டி முடிந்தால் வந்து பல வேண்டுதல்களை நிறைவேற்றுவதாக வேண்டிக் கொண்டார். வீடு கட்டிப் பல வருடங்கள் ஆகி விட்டன. தற்சமயம் டூர் போக வேண்டிய அவசியமே இல்லாத ஒரு பொறுப்பில் அவர் இருக்கிறார். வீட்டில் பிரச்னைகள் வரும் போது நிறைவேற்றாத பிரார்த்தனைகள் நினைவுக்கு வருகிறது. தற்சமயம் அவருக்கு உள்ள பொருளாதார நிலையில் அந்தப் பிரார்த்தனைகளை நிறைவேற்றுவது கடினமான காரியமாகத் தோன்றுகிறது. குற்ற உணர்வில் தவிக்கிறார்...



''தாது வருஷ தோப்புக்கரணம் பாக்கி இருக்கு... அதை முதல்லே போடு... அப்புறம் இந்த வருஷம்...''

2. செய்யாத அங்கப் பிரதட்சணம்:

விமலா — தனது கணவர் ஒரு சமயத்தில் ஒரு ஆக்ஸிடெண்டில் மாட்டிக் கொண்ட போது ஒரு கோவிலில் அங்கப்பிரதட்சணம் செய்வதாக வேண்டிக் கொண்டார். இது நடந்து பல வருடங்கள் ஆகி விட்டன. தற்போது அவர் உடம்பில் பிரஷர். எப்போதோ வேண்டிக் கொண்ட பிரார்த்தனையை நிறைவேற்றும் உடல். மனநிலையில் அவர் இல்லை. இருந்தாலும் அந்தக் கோவிலுக்குப் போகும்போதெல்லாம்



''நிறைவேறிட்டா என் கணவரை எல்லா ஊர்களுக்கும் நடந்து வர வைக்கிறேன்...''

அவரது மனம் அவரை உறுத்துகிறது.

3. தாமதித்த தங்கத் தேர்:

பிரேமாவுக்குத் திருமணம் நடக்காமல் வரன் எல்லாம் தட்டிப் போய்க் கொண்டு இருந்தது. ஒரு கோவிலில் தங்கத் தேர் இழுப்பதாக அவரது அம்மா வேண்டிக் கொண்டார். திருமணம் நடந்தது. பல வருடங்கள் கழித்து ஆற அமர அவளது பெற்றோர் அந்தப் பிரார்த்தனையை நிறைவேற்ற அந்தக் குறிப்பிட்ட கோவிலுக்குச் சென்ற போது அதற்குரிய தொகை பல மடங்கு அதிகமாகி இருந்தது. அவர்களுக்குப் பெரிய அதிர்ச்சி. பிரார்த்தனையை அப்போதே நிறைவேற்றிருந்தால் இவ்வளவு செலவு ஆகாதே என்று வருத்தப்பட்டுக் கொண்டே நிறைவேற்றினர்.

4. மொட்டையடித்தல்:

பெண் குழந்தைகளுக்கு மொட்டையடிப்பதாக வேண்டிக் கொண்டு அதைச் சிறு குழந்தைகளாக இருக்கும்போதே நிறைவேற்றாமல் வயது வந்த பிறகு அதை நிறைவேற்றாமல் போய் விட்டோமே என்ற குற்ற உணர்வால் தவிக்கும் பெற்றோர் பலர் உண்டு. எந்த வயதிலும் மொட்டையடித்துக் கொள்வது ஒரு சில இடங்களில் — குறிப்பாக ஆந்திராவில் — வழக்கமாக இருக்கலாம். ஆனால் தமிழ் நாட்டில் வயது வந்தவர்கள் — ஆண்கள் — மொட்டையடித்துக் கொள்வதை வீட்டில் நடக்கும் துக்க சம்பவத்துடனே பலரும் இணைத்துப் பார்க்கிறார்கள்.

பிரகாஷ் —

மருத்துவக் கல்லூரியில் இடம் கிடைத்தால் திருப்பதிக்கு வந்து மொட்டையடித்துக்கொள்வதாக வேண்டிக்கொண்டான். இவனது பிரார்த்தனை வீட்டில் யாருக்கும் தெரியாது. ஒரு சனிக்கிழமை சென்று மொட்டையடித்துக் கொண்டு வந்தான். வீட்டில் அவனைப் பார்த்தவர்களுக்கு ஒரே அதிர்ச்சி. ''ஏண்டா நான் உயிரோட

தன்னாலே முடியாதுன்னு தெரியுமில்லே. அப்புறம் எப்படி உங்களுக்கு முடி இறக்கறதா உங்க அப்பா வேண்டிக்கலாம்?''



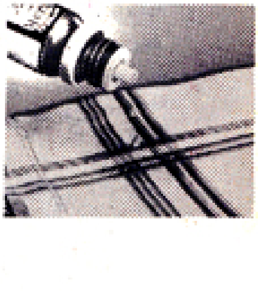


வழக்கமான களிம்புகள் மற்றும் வலி நிவாரணிகளிலிருந்து மெதுவான நிவாரணம் கிடைக்கிறது.

சாதாரணமான களிம்புகள் மற்றும் வலி நிவாரணிகளில் பெட்ரோலியம் ஜெல்லி மிக அதிகப்படியாக இருக்கிறது மற்றும் ஜலதோஷ நிவாரண மூலப்பொருட்கள் குறைவாக இருக்கின்றன. ஆகையால், உங்களுக்கு கடும் ஜலதோஷத்திலிருந்து எப்பொழுது உடனடி நிவாரணம் தேவையோ, அப்பொழுது உண்மையாக உங்களுக்குக் கிடைக்கிறது அதிகப்படியான ஜெல்லி — நிஜமாகத் தேவைப்படுவது குறைவாகக் கிடைக்கிறது. செயல் திறனற்ற நிவாரணம்!

புதிய ஒலெஸான் அளிக்கிறது உடனடி நிவாரணம்.

ஒலெஸானில் 100% ஜலதோஷ நிவாரண மூலப்பொருட்கள் இருக்கின்றன. உங்கள் கைக்குட்டையில் சில துளிகளைத் தெளித்து சுவாசிக்கவும். அல்லது நேரடியாக உபயோகிக்கவும். அதன் ஊடுருவும் ஆவி மூக்கடைப்பு மற்றும் நெஞ்சு உபாதையை உடனே நீக்குகிறது. தலைவலி மற்றும் உடம்பு அசதியைப் போக்கி விரைவான ஆறுதலை அளிக்கிறது.



OLESAN

ஒலெஸான்-பிசுக்குமில்லை, தொல்லையுமில்லை.

Mudra D:RLL 0455 TML



"வேண்டிக்கிட்டது வாஸ்தவம்தான். ஆனா மனசு கனக்கற அளவுக்கு பர்ஸ் கனக்க மாட்டேங்குதே...!"

இருக்கிற போதே இப்படி மொட்டை யடிச்சுக் கொண்டு வந்து இருக்கே" என்று அவனது அப்பா அவனைத் திட்ட தன்னு டைய பிரார்த்தனை இப்படி எல்லாம் கூட அனர்த்தங்களை தெரிவிக்குமா என்று அவனுக்கு அப்போதுதான் புரிந்தது. அவனைப் பார்த்த நண்பர்கள் எல்லாம் "விட்டில் ஏதாவது அசம்பாவிதம் நடந் ததா?" என்று துக்கம் விசாரிக்க ஆரம்பித்து விட்டனர்.

பிரகாஷுக்கு உண்மையான காரணத் தைச் சொல்லிச் சொல்லி மாளவில்லை. இந்த நிகழ்ச்சி நடந்த ஒன்றிரண்டு வாரத்திற் கெல்லாம் நன்றாக ஆரோக்கியமாக இருந்த அவனது தாயார் தவறி விட்டது அவனுக்கு மிகுந்த வருத்தத்தைத் தந்தது. நிச்சயமாக அவன் மொட்டையடித்துக் கொண்டதற்கும் அவனது தாயார் தவறியதற்கும் சம்பந்தம் இல்லை என்று அடித்துச் சொல்லலாம். இருந்தாலும் நம்மில் பலரும் சில நம்பிக்கை களில் ஊறியவர்கள். நமக்கு அதில் நம்பிக்கை இருக்கிறதோ இல்லையோ நம் மைச் சுற்றி இருக்கும் பலரும் நிலவி வரும் நம்பிக்கைகளைச் சொல்லி நம்மை மனம் கலங்க வைத்து விடுகிறார்கள் என்பதற்கு இது ஒரு உதாரணம்.

5. நிறைவேற்றப்படாத பிரார்த்த னைகள்:

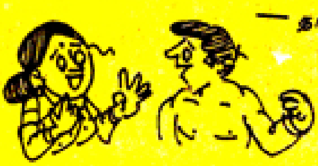
உடைக்கப்படாத 108 தேங்காய்கள், செய்யப்படாத கணபதி ஹோமங்கள், சாத்தப்படாத வெண்ணெய், வடைமாலை, எலுமிச்சம்பழ மாலை, கொடுக்கப்படாத துலாபாரங்கள், செய்யப்படாத பாலபிஷே கங்கள், சந்தனக் காப்புகள் — இன்னும் இதுபோன்ற பிரார்த்தனைகள் நிறைவேற் றப்படாமல் இருக்கும் லிஸ்ட் ஒவ்வொரு குடும்பத்திலும் உண்டு. நமக்கு ஏதாவது கஷ்டங்கள் வரும் போது நிறைவேற்றாத பிரார்த்தனைகளை நினைத்து குற்ற உணர் வால் தவிக்கிறோம்.

கடவுளை முழு மனதுடன் நினைத்து வேண்டிக் கொண்டாலே நமது காரியங் களை நிறைவேற்றித் தருவார். அவரைச் சந்தோஷப்படுத்துவதாக நினைத்துக் கொண்டு சில காரியங்களை செய்வதாக வேண்டிக்கொண்டால் அதை உடனடியாக செய்வது நல்லது. அம்மா வேண்டிக் கொள்ளும்போதே நம்மால் அதைச் செய்ய முடியுமா. நமக்கு அந்தப் பொருளாதார வசதி உண்டா என்றெல்லாம் நினைத்து வேண்டிக்கொண்டால் பின்னால் ஏற்படும் குற்ற உணர்வுகளைத் தவிர்க்க முடியும். நிறைவேற்ற வேண்டிய பிரார்த்தனைகளை ஒரு டைரியில் குறித்து வைத்துக் கொண்டு ஒவ்வொன்றாக நிறைவேற்றினால் மனத்தில் திருப்தி உண்டாகும்.

— கமலநாதன்.

உங்கள் கணவரின் அழகும், வலிமையும், ஈட்டும் பொருளும் மட்டுமே உங்களுடைய சொத்து என எண்ணி விடாதீர்கள். அவரு டையநல்லகுணங்களும்உங்களுடையசொத் தாகும். அவற்றை மேம்படுத்தவும் உங்க ளால் இயன்றதைச் செய்யத் தவறி விடா தீர்கள்.

— தங்கம்.



10

"சித்ரா…"

ஸ்கூல் யூனிஃபார்மை மாட்டி முடிக் காலுக்குக் கீழ் இழுத்து விட்டுக் கொண்ட சித்ரா நிமிர்ந்தாள்.

"என்னம்மா…"

"சித்த யமுனா வீட்டு வரைக்கும் போய் அம்மா இதோ வந்துண்டே இருக்காளாம்னு சொல்லிடேன்…"

சித்ரா முகம் சுழித்தாள். "போம்மா, இந்தனைக்கும் நான் லெவன்த் க்ளாஸ்ல ஃபர்ஸ்ட். அந்த யமுனா என்னோட படிச்சுட்டு ரெண்டு முறை கோட் அடிச்சுட்டு இப்போ நைன்த். ஆனா பெரிய மகாராணி மாதிரி வாசல்லேயே நிக்க வச்சு பேசுவா. எனக்குப் பிடிக்கலை. இவ பணக்காரானா இருந்தா இவா மட்டும்…"

முன்னாடி விழுந்த பின்னலை வீசி பின்னாடி போட்டாள். சமையலறையில் இருந்து சித்ராவின் டிபன் பாக்ஸோடு வெளியே வந்த சாந்தா அவளிடம் கொடுத்தாள்.

"கோவம் எதுக்கும்மா? என்னதான் இருந்தாலும் உங்கம்மா சமையல்காரி தானே…? அவா சொல்ற காரியத்துக்குப் போய் சமைச்சு கொண்டு வர்ற காசு தானே…?"

"ஏன் நீ உழைக்கலை…? அடுப்போட வேகலை…? சும்மாவா காசு கொடுக்கறா…? நீ இல்லேன்னா இவா பொழப்பு என்னாகும்? அப்படி உழைச்சு வர்ற காசு லக்ஷ்மி இல்லே அடிக்கறா? அதுக்கு இவா இல்லே அவமானப்படணும்…?"

அவள் நெற்றியில் துளிர்த்த வியர்வையை மென்மையாகத் துடைத்து விட்டாள் சாந்தா.

"பொறுமையா இரு. நல்லாப் படி. இதோ ஆச்சு உங்கண்ணாவுக்கு இன்னும் ஒரு வருஷம் படிப்பு இருக்கு. அவனும் சம்பாதிக்க ஆரம்பிச்சுட்டான்னா நாம எவ்வளவோ உசத்தியா இருக்கலாம். வாய் பேசக் கூடாது, காரியம் பேசணும் சித்ரா…"

"ம்க்கும்…" ஸ்கூல் பையை எடுத்துத் தோளில் மாட்டிக் கொண்டாள்.

"லட்சுமி மாமி வீட்ல பொண்ணு பார்க்க வரான்னு அவசரமா கேசரி கேட்டா. இதோ நிமிஷமா முடிச்சுக் கொடுத்துட்டேன்னா, யமுனா வீட்டுக்குப் போயிடுவேன். என் தங்கம் இல்லை, சொல்லுடி…"

என்று கெஞ்சிய அம்மாவைப் பார்த்தாள் சித்ரா. கலங்கத் துடித்த கண்ணைத் தாழ்த்திக் கொண்டாள்.

"உனக்காகச் சொல்றேன்…" என்றவள் விடுவிடுவென்று இறங்கி நடந்தாள்.

அம்மா… இவளுக்காக என்னதான் செய்யக் கூடாது? தன் உடலையே நெருப்பாக்கி எங்களுக்காக வேகிறாள். என் நினைவு தெரிந்த நாளில் இருந்து அந்தக் கழுத்தில் இருக்கும் மஞ்சள் கயிறு தவிர வேறு எந்த அணிகலனும் கிடையாது. கையில் ரப்பர் வளையல். அம்மா எந்தெந்த வீட்டிலோ சமைத்துக் கொண்டிருக்கும் போது, சமையல் கூடமே அவளுக்கு விளையாட்டரங்கம். காய்கறிகளும், அரிந்து போட்ட தோலும்தான் பொம்மைகள். கிழித்துப் போட்ட வத்திக் குச்சிகளும், எரிந்து போன சுள்ளிக் கட்டைகளும்தான் விளையாட்டுச் சாமான்கள்.

பள்ளிக்குப் போக ஆரம்பித்து விவரம் புரிந்த வயதில்தான் உலகம் புரிய ஆரம்பித்தது. டீச்சர் சொல்லிக் கொடுக்கும் பாடங்களைத் தவிர வீட்டில் படிக்கவே வேண்டாம். பள்ளியில் எப்பவும் ஃபர்ஸ்ட்தான். விளையாட்டா, பாட்டுப் போட்டியா, முதல் பரிசுக்கு யாரும் நினைத்தே பார்க்க மாட்டார்கள். எல்லாவற்றையும் வாரிக் கொண்டு போகத்தான் சித்ரா இருக்கிறாளே…

ஆனால் அத்தனையும் பள்ளி வகுப்பிற்குள்ளும், பரிசு வாங்கும் மேடையிலும்தான்.

மஞ்சுளா ரமேஷ்



வகுப்பறைக்கு வெளியே அவளைச் சிநேகித மாக்கி மகிழ யாருமில்லை. அவள் கொண்டு போகும் மோருஞ்சாதத்தைப் பகிர்ந்து கொள்ள எவரும் தயாராக இல்லை. பள்ளி விசேஷத்திற்கெல்லாம் ஸ்டாக்காகக் கட்டிக் கொண்டு போகும் பச்சைப் பாவாடையைப் பார்த்தாலே சிரிப்பார்கள். யமுனா அவர் களுக்கெல்லாம் தலைவி.

''நாளைக்கு ஸ்கூல்டேயா... நிச்சயம் பச்சைப் பாவாடை உண்டு...''

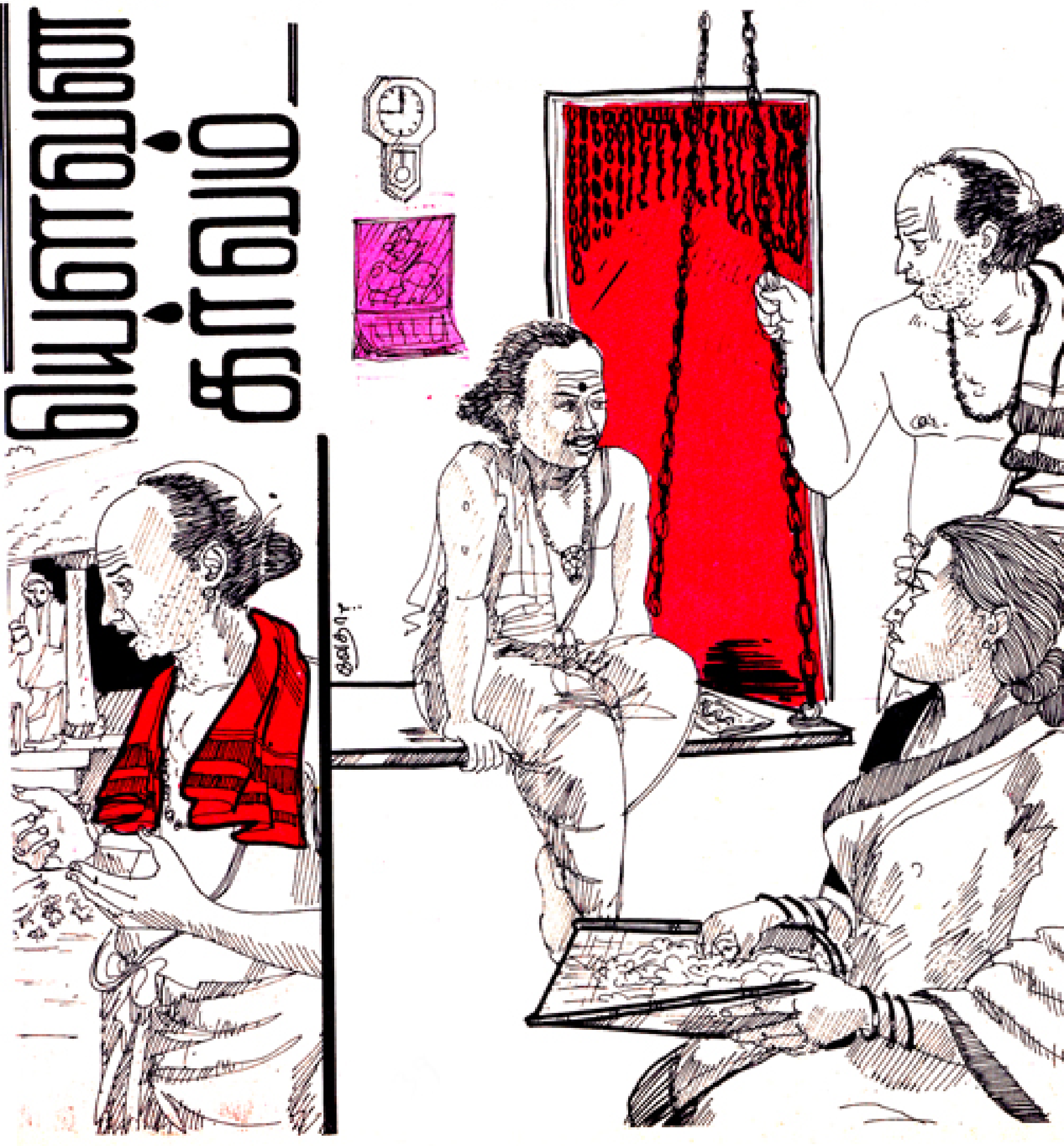
சித்ராவை நோக்கி அம்பை வீசுவாள். எரியும் நெஞ்சோடு மௌனமாகி விடுவாள். அம்மாவிடம் கேட்க வாய் கூசும். அவள் எங்கே போவாள்? அண்ணா எம்.எஸ்.ஸி. படித்துக் கொண்டிருக்கிறான். இதோ முடித்து விடுவான். அவன் ஃபீஸுக்காக வும், அவள் ஸ்பெஷல் ஃபீஸுக்காகவும் இராப் பகல் பார்க்காமல் அடுப்படியில் வேகிறாளே. அதிரசத்திற்கு இடித்து இடித் துக் காய்ந்து போன அந்தக் கைகளைப் பலமுறை பிடித்து விட்டு இருக்கிறாள்.

இரவெல்லாம் கை வலியால் அம்மா புரளும்போது அழுது கொண்டே கையைப் பிடித்து விடுவாள். நரம்புகளை நீவி விடு வாள்.

''கைய குடையறது சித்ரா. கொஞ்சம் பிடித்து விடேன்...'' என்னும் தாய்க்காக மனசு உருகும்.

அதே சமயம் தன்னைக் குறைவாகப் பார்க்கும் தோழிகளைப் பார்க்கும் போது மனசு எரியும்.

இதே யமுனா வேறு யாருமில்லை, தன் மாமா பெண்தானே என்னும் போது இன் னும் ஆத்திரம்தான் பட முடிந்தது.



எத்தனை முறை எத்தனை அவமானங்களை அந்த வீட்டில்பட்டிருக்கிறாள். சும்மா வாளும் ஃபேன் ஓடிக் கொண்டிருக்கும். இவள் போய் ஏதாவது புத்தகத்தை எடுத்துக் கொண்டு உட்கார்ந்தால் யமுனாவோ, வீணா மாமியோ 'பட்'டென்று ஃபேனை அணைத்து விடுவார்கள். இவள் அந்தஸ்திற்கு ஃபேன் என்னத்திற்கு என்ற நினைப்பு. பக்கத்து வீட்டில் நல்ல பாட்டு வரும்.

அதுவும் கே. ஆர். விஜயா பாட்டு என்றால் ரொம்பப் பிடிக்கும். தன்னையும் மீறி வைத்தால் யமுனா வருவாள்.

''சும்மா சும்மா ரேடியோ போடாதே. பாட்டரி தீர்ந்து போச்சுன்னா யாரு வாங்கறது?'' என அணைத்து விட்டுப் போவாள்.

தினமும் ஹிண்டு படிக்க ஆசை. இவள் படிக்க வருகிறாள் என்றே எல்லாம் உள்ளே போய் விடும்.

ஒருமுறை மாமி அம்மாவிடம் பேசிக் கொண்டிருந்தாள். ''என்னத்துக்கு உங்க பொண்ணுக்கு இத்தனை படிப்பாசை? எஸ். எஸ். எல். சி. பாஸ் பண்ணவுடனே கல்யாணம் பண்ணிடுங்கோ. உங்களுக்கும் உபயோகமா இருக்கும். நம்ப பக்கத்துல நிறைய பேர் இருக்காள்...''

அம்மா பதிலே சொல்லாமல் இருந்தது ஆத்திரமான ஆத்திரம் சித்ராவுக்கு. அப்புறம் 'பிலுபிலு'வென்று பிடித்துக்கொண்ட போது சாந்தா சிரித்தாள்.

''உனக்கு வேண்டு மட்டும் படி. நான் இருக்கேன், அண்ணா இருக்கான். என்னத்துக்கு அவாள்ட்டே அனாவசியமா பேச்சு குடுத்துண்டு...''

எத்தனை அவமானங்கள். எல்லாம் அம்மாவின் நிதானத்தாலும், அண்ணாவின் அன்பாலும் சாந்தப்படும்.

ஆத்திரத்தில் உடம்பு கொதிக்க நடந்து கொண்டிருந்த சித்ரா, யமுனாவின் வீட்டைத் தாண்டி வந்து விட்டதை உணர்ந்து வேகமாக அவர்கள் வீட்டின் கேட்டைத் திறந்தாள். மணி வாசலிலேயே நின்று கொண்டிருந்தார்.

''என்னா சித்ராக்குட்டி...''

வாயில் புகையிலையோடு அவளைப் பார்த்துக் கத்தினார்.

கேட்டைத் தாண்டாமல் நின்றுகொண்ட சித்ரா,

''அம்மா ஒரு ஆஃபஸவர்லே வர்றாங்களாம். சொல்லச் சொன்னாங்க...''

''ஏன்... பெரிய கவர்னர் அப்பாயிண்ட்மெண்ட் இருக்காமோ...''

''எனக்குத் தெரியாது...'' வெடுக்கென்று திரும்பி நடந்தாள் சித்ரா.

எத்தனை ஏளனம்? இதே மாமாவை அம்மாதான் வளர்த்தாளாம். இவரே ரொம்பப் பாசமா இருந்திருக்காராம். ஒரு தடவை இவங்க அம்மா செத்துப் போனப்போ லாந்தர் விளக்கோட விடிய விடிய வாசல்ல உட்கார்ந்திருந்த கதையைச் சொல்லியிருக்கிறாள். அப்பா! அம்மாதான் வாழ்க்கையில் எத்தனை துன்பப்பட்டு இருக்கிறாள்!

சித்ராவுக்கு இந்தப் பணக்காரர்களைப் பார்த்தாலே வெறுப்பாக இருந்தது. ஆப்பிளும், ஐஸ்கிரீமும் பிடிக்காத பண்டமாயின. பள்ளிக்கூட விழாவில் அவற்றைக் கொடுத்தால் கூட ஒதுக்கி விடுவாள்.

சித்ரா பள்ளிக்கூடம் போய்ச் சேரவும் அவள் ஒரு தோழி நாகலட்சுமி வரவும் சரியாக இருந்தது.

''என்னடி இன்னிக்கு மேத்ஸ் டெஸ்ட்டாச்சே.. சம்ஸ்லெல்லாம் போட்டியா.. உனக்கென்ன கவலை..?''

''போடி நாகு.. நேத்து ராத்திரி அம்மா வர லேட்டாயிடுத்து. அதுல எனக்கு மூடே இல்லை. பேசாம உக்காந்துண்டு இருந்தேன்...''

''ஏண்டி அம்மாக்கு பஸ் கிடைக்கலியா...?''

''அது இல்லே. போன இடத்துல ராத்திரிக்குச் சமைச்சதும் பத்தாம பரிமாறிட்டும் போகணும்னுட்டாளாம். அம்மாக்கு ஏற்கெனவே இடுப்பு வலி உண்டு. பாவம் எப்படித்தான் செஞ்சாங்களோ...''

நாகு பரிவோடு அவள் தோள் மேல் கை போட்டுக் கொண்டாள்.

''வாடி, பெல்லடிக்க பியூன் வந்துண்டிருக்கான் பாரு...''

இரண்டு தோழிகளும் வகுப்பறை நோக்கி நடந்தார்கள்.

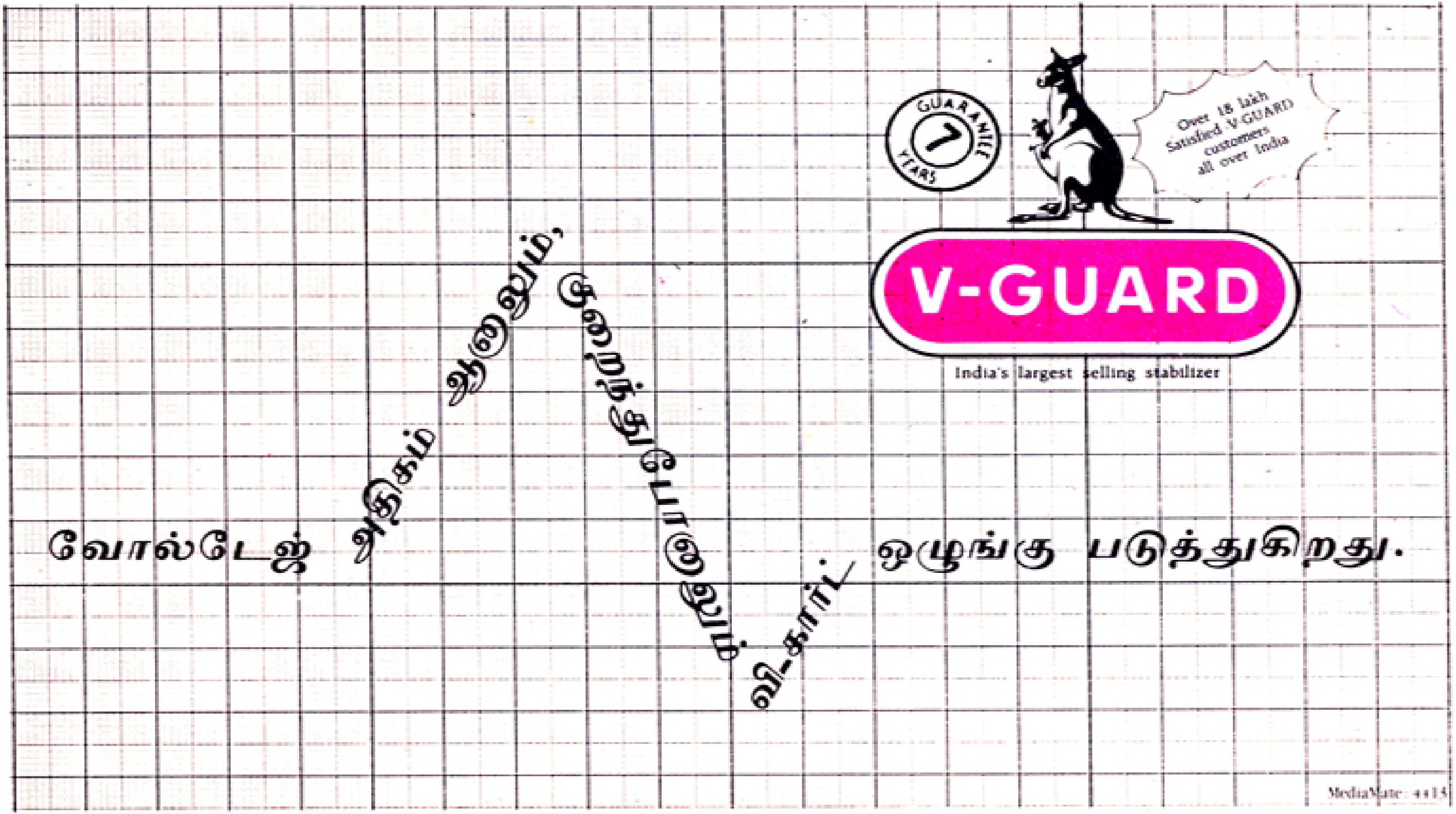
கேசரி பதமாக திரண்டு வந்தது. அப்படியே எடுத்துத்தட்டில்கொட்டியவள் சூடு ஆற காத்திருந்தாள். தயாராக வெட்டி வறுத்து வைத்திருந்த சிறு சிறு முந்திரிப் பருப்புக்களை அதன் மேல் பரவலாகத் தூவினாள். வாசனை 'கமகம'வென்று எழுந்தது.

''என்ன மாமி கேசரி ஆச்சா...?''

பின்புறம் லட்சுமி மாமி வந்து நின்றாள்.

''ஆச்சு மாமி, நானும் வேலைக்கு ஓடணும். இந்தாங்கோ கொஞ்சம் நெய் மீந்தது. கேசரிக்கு எவ்வளவு வேணும்? கொஞ்சம் போறும் விட்டா போறாதா?''

''அதென்னவோ, உங்க கை மணத்துக்கே தனி ருசி. அது ஒரு பக்கம் இருக்க, உங்க ராசியைச் சொல்லுங்க. நீங்க ஸ்வீட் பண்ணிக்கொடுத்தா அந்தக் கல்யாணம் நிச்சயம் தான். இல்லேன்னா இந்தக் கேசரியை சுமாராவாவது நான் செஞ்சுடுவேன்.''


GUARANTEE 7 YEARS
Over 18 lakh Satisfied V-GUARD customers all over India
V-GUARD
India's largest selling stabilizer
வோல்டேஜ் அதிகம் ஆனாலும், குறைந்துபோனாலும் வி-கார்ட் ஒழுங்கு படுத்துகிறது.
MediaMate: 4415

வைர மூக்குத்தி ஒளி வீசி சிரித்த லட்சுமி மாமி இருபது ரூபாயைக் கொடுத்தாள். தட்டு பாத்திரங்களை எடுத்துக் கொண்டவள் கிளம்பினாள். சாந்தா நகைத்த சிரிப்போடு பார்த்துக் கொண்டிருந்தாள்.

ராசி! இந்த வார்த்தையைச் சொல்லி விட்டுப் போகாதவர்களே இல்லை. மணி ஆரம்பத்தில் அப காரியங்களுக்குத்தான் சொன்னான். ஆனால் அவன் குடி வந்த இடத்தில், அவள் சமையலுக்குப் போகிறவள் என்பது தெரிந்தவுடன், கொஞ்சம் கொஞ்சமாக ஒத்தாசைக்குக் கூப்பிட்டார்கள். அது என்னவோ, அவள் போன இடமெல்லாம் சுபம் நிகழ 'ராசிக்கார சாந்தா' எனப் பேர் வாங்கி விட்டாள். அதற்காகவே ஆர்டர்கள் வந்தன.

''ஒண்ணுமில்லேன்னா பேருக்காச்சும் சாந்தாட்ட ஒரு ஸ்வீட் பண்ணி வாங்கிண்டுடுங்க. அமோகமா பொண்ணு கல்யாணம் ஆயிடும் பாரு'' என்பார்கள்.

என்ன ராசியோ... சாந்தாவிற்குச் சிரிப்புத்தான் வந்தது. ஸ்ரீதரும், சித்ராவும் சாப்பிட்டது போக மீதியிருந்த சாதத்தில் மோரை விட்டுக் கரைத்தவள் அப்படியே குடித்தாள். ஸ்வீட் வாசனைக்குச் சாப்பிடப் பிடிக்கவில்லை. புடைவையை உதறி விட்டுக் கொண்டு ஆணியில் மாட்டியிருந்த பூட்டு சாவியை எடுத்தாள்.

''மாமி கிளம்பறாப்பல இருக்கு?''

''யாரு'' திரும்பிப் பார்த்த போது வாசலில் அங்கவஸ்திரம் சகிதம் நின்று கொண்டிருந்தார் நாணு மாமா.

''வாங்கோ... சாஸ்திரிகள் வீட்டுக்குத் தான் கிளம்பிண்டு இருக்கேன்...'' என்றவள் பூட்டுடன் வெளியே வந்து கதவைப் பூட்டினாள். ஒன்பது ஒண்டுக் குடித்தனங்களுக்குப் பொதுவான வ்ராண்டாவை இருவரும் முன் பின்னாகக் கடந்து வாசலை அடைந்தார்கள்.

''என்ன விசேஷம்...'' அவரைப் பார்த்தவள் நடந்தாள்.

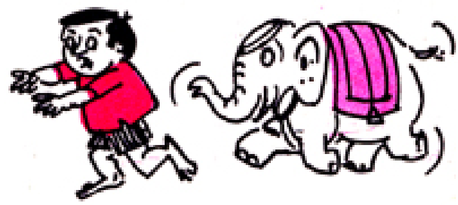
''உங்கள்ட்ட பேசணும்னு வந்தேன்.''

''வாங்களேன்.. பேசிண்டே போனா போச்சு...''

''என்னவோ நானும் நீங்களும் நாயாத்தான் உழைக்கிறோம். ஆனாலும் மணியோட அகங்காரம் எனக்குத் தாளலை மாமி...''

ஏறி விட்ட வெயில் கண்ணைக் கூசியது. நெற்றியில் கையை வைத்து வெயிலை மறைத்துக் கொண்ட சாந்தா நாணுவைப் பார்த்தாள்.

''ஏன் மாமா... நீங்க பரமசாது வாச்சே. வாய் திறக்க மாட்டீங்களே. என்ன ஆச்சு...''



சர்க்கஸில், நெஞ்சின் மீது பலகை ஒன்றைப் போட்டுக் கொண்டு அதன் மீது யானையை ஏற்றிக் கொள்ளும் வலிமை படைத்தவனும் குழந்தையாக இருந்த போது யானையைக் கண்டு பயந்துதான் இருப்பான். வளர்க்கும் முறை ஒவ்வொரு மனிதனையும் வெவ்வேறு நிலைக்கு உயர்த்துகிறது. அந்த வளர்க்கும் கலையைத் திறமையுடன் கைக்கொள்வது தாய்க்குலத்தின் தனித்த கடமை.

— தங்கம்.

''எனக்கும் வயசாச்சே. மனசு பொறுக்க மாட்டேங்கறது. நேத்து மாம்பலத்தில என்.டி.ஆர். வீட்ல கணபதி ஹோமம். அவர் மனசு நிறைக்க ஒவ்வொருத்தருக்கும் இருநூறு ஐந்நூறுன்னு வச்சுக் கொடுத்தார் அப்புறம் எவ்வளவு பழம், எத்தனை மரியாதை. வீட்டுக்கு வந்தோமோ இல்லியோ அத்தனையும் பிடுங்கிண்டு அம்பது ரூபா கொடுக்கறார்''

இவர் பொண்டாட்டிக்கு நகை, பட்டுப் புடைவை, அவ பேர்ல வீடு. பொண்ணும் புள்ளையும் பணத்துலேயே புரள்றதுகள். போன வாரம் வைரத்தோடோட யமுனா ஸ்கூலுக்கு வந்துட்டான்னு புகார். வயித்தெரிச்சலாலே பேசலை மாமி. நாம்பளும் மனுஷா தானே. இத்தனை பேரையும் காட்டித்தானே இவர் பந்தா பண்றார். நமக்குக் கொஞ்சமாச்சும் வழி பண்ணணுமோ இல்லியோ... நாம என்னைக்கும் இதே ஒண்டுக் குடித்தனம்தானா...''

தலையைக் குனிந்து மௌனமாக அனைத்தையும் கேட்டுக்கொண்டு வந்தாள் சாந்தா. இதெல்லாம் வாஸ்தவம்தான். பண்மான பணம் மணிக்கும் கொழிக்கிறது. அவனுடைய பேச்சும், தோரணையும் பெரிய பெரிய அதிகாரிகளையே பணிய வைக்கும் குரலும்.. மணி சாஸ்திரிகள் வந்து விட்டார் என்றால் சபையே களை கட்டி விடும். வருவதும் போவதும் கார்தான். குருவை மிஞ்சிய சிஷ்யனாகி விட்டான்.

ஆனால் அவன் அழைத்துச் செல்லும் சாஸ்திரிகளுக்கும், சமையல்காரர்களுக்கும் சொல்லிய 'ரேட்' தான்.

''நான் இல்லைன்னா அவா விட்டு கூர்க்கா உம்மை உள்ளே சேர்ப்பானா'' என்பான். அதுவும் வாஸ்தவம்தான்.

பஞ்சடைந்த கண்களோடு கையில் தர்ப்பைக் கட்டோடு எட்டணாவிற்கு அமாவாசைத் தர்ப்பணம் செய்து கொண்டிருந்தவர்களுக்கு அம்பது ரூபாய் கொடுக்கிறானே? ஓடிப்போன கணவன், செத்துப்போன புருஷன் இவர்களுடைய மனைவிமார்கள் மானமாக வாழ அடுப்படியைக் காட்டினானே! அவனை யார் எதிர்க்க முடியும்?

கண்ணில் துளிர்த்த நீரை உடுத்தியிருந்த நூல் புடைவையால் துடைத்துக் கொண்டாள்.

''என்ன பண்றது மாமா... பணம் பத்தும் பேசும். நமக்குத் தனியா தொழில் பண்ண முடியுமா சொல்லுங்கோ'' என்றாள்.

''அந்தத் திமிர்தானே மாமி இப்படியெல்லாம் பேசச் சொல்றது... சொந்த அக்காவான உங்களுக்கே இந்தக் கதின்னா நாங்க எம்மாத்திரம்...?''

நகைத்த சிரிப்புடன் சாந்தா மணியின் வீட்டுக் 'கேட்'டைத் திறந்தாள்.

''நாம என்ன கொடி பிடிச்சு புரட்சியா பண்ண முடியும்? காலம் வரும்னு பேசாம இருங்கோ...'' என்றவள் சரசரவென்று வேகமாக நடந்தாள். நல்லவேளை இருவரும் பேசிக் கொண்டு வந்ததை வாசலில் நின்று யாரும் பார்க்கவில்லை.

கூடத்து ஊஞ்சலில் அமர்ந்திருந்த மணி, ''ஏண்டீ, சாந்தா வந்திருக்கா பாரு...'' என்று குரல் கொடுத்தான். சாந்தா சமையலறைக்குள் சென்றாள். சமையலில் மும்முரமாக இருந்த வீணா,

''அந்தச் சாமான் கடைக்காரன் போட்டுட்டு போயிருக்கிற அரிசி லட்சணத்தைப் பாருங்கோ. ஒரே புழுத்தல். கொஞ்சம் நோம்பி எடுத்துடுங்கோ. ஸ்டோர் ரூம்ல இருக்கு...'' என்றாள்.

இது வழக்கம்தான். அன்றைக்கு என்ன சமையல் என்பதை சாந்தா பார்த்து விடக் கூடாதாம். வயிற்றெரிச்சல்படுவாள். ஐயோ இத்தனை விதமா சாப்பிடுகிறார்களா எனக் கண் போட்டு விடுவாள் என்ற எண்ணம். வெளியே எங்கும் வேலைக்குப் போகாத நாளில் ஸ்டோர் ரூமில் ஏகப்பட்ட வேலையைக் காண்பிப்பாள்.

இருட்டிக் கிடந்த ஸ்டோர் ரூம் கதவைத் திறந்த சாந்தா லைட்டைப் போட்டாள். அந்த மங்கிய வெளிச்சத்திலும் மூட்டை அரிசியைப் பிரித்த போது அவளைப் பார்த்து வெளேரென்று சிரித்தது. எதற்கும் இருக்கட்டும் என்று இரண்டு முறத்தில் அரிசியை வாரிக்கொண்டு கூடத்திற்கு வந்து உட்கார்ந்து கொண்டாள். ஆங்காங்கே

தலை காட்டிய நெல்லைப் பொறுக்கினாள்.

மூலையாக அமர்ந்து தர்ப்பைகளைப் பிரித்து சரிசெய்து கொண்டிருந்தார் நாணா. மணி கையில் இருந்த பஞ்சாங்கப் புத்தகத்தில் தேதி பார்த்தவன்,

''என்னங்காணும், நாளைக்கு பஞ்சாபகேசன் அப்பாவுக்குத் திதியாச்சே. போலவாரமே சொல்லச் சொன்னேனே ... சொன்னீரோ ?'' என்றான்.

''ம்... பழைய மாம்பலத்துக்காரர்தானே. சொல்லிட்டேனே. காலையில ஏழரைக்கெல்லாம் வந்துடுங்கோ. நான் டாண்ணு பத்து மணிக்கு ஆபீஸுக்குக் கிளம்பணும்னார். சாந்தா மாமியை விடிகாலை அஞ்சுக்கெல்லாம் வந்துடச் சொன்னார்...''

சாந்தா தலை நிமிர்ந்தாள். ''ரொம்ப நல்ல மாதிரி... அந்த மாமி கூட நச்சு புச்சுன்னு இழுத்துண்டிருக்க மாட்டா... கொஞ்சம் சாயங்காலம் அடைக்கு அரைச்சுடுங்களேன்னு சொல்லமாட்டா...'' என்றாள்.

''உங்களுக்கும் அப்படிப்பட்ட ஆசாமிகளைத்தான் புடிக்கும்...'' என்ற மணி எழுந்து நின்று கையைத் தூக்கி சோம்பல் முறித்தார். கழுத்தில் தொங்கிய பதக்க வைத்த செயின் டாலடித்தது.

''சரி, உன்னுக்கு ஒண்ணும் அவளுக்குக் காரியம் இல்லேன்னா நீ பொறப்படு. நீங்க போன் பாத்துக்குங்க. சாந்தா பதினோரு மணிக்கு வருவாள் அவன் வந்தப்புறம் போலாம். நான் கொஞ்சம் வெளியே போணும்...'' என்றவர் தன் அறைக்குள் நுழைந்து கொண்டார். சாந்தாவும், நாணுவும் ஒருவரையொருவர் பார்த்துக் கொண்டனர்.

'வெளியே போவது' என்பது எங்கு என்பது அனைவருக்கும் தெரிந்த ரகசியம். யாருக்கும் சொல்ல பயம். கோடம்பாக்கத்தில் அந்தக் குறிப்பிட்ட வீட்டில் அவர் கார் மணிக்கணக்கில் நிற்கும். மதுரையில் இருந்து தானும் 'நாட்டியப் பேரொளி'யாக வேண்டும் என ஓடி வந்த பெண் அது. பாவம். சாயங்காலமானால் சதங்கை ஒலி கேட்கும். இன்னும் கனவுகளுடனே வாழ்ந்து நிகழ்காலத்திற்கு எங்கெங்கோ கெட்டழிந்து இறுதியில் மணியின் அடைக்கலத்தில் வந்து சேர்ந்தவள். அதை ஒரு கௌரவமாக சமூகத்தில் தனக்கு ஒரு பெரிய மனுஷ அந்தஸ்தாக நினைக்கும் மணி. அதனாலேயே பெண் என்றாலே தூக்கிப் போட்டுப் பேசும் குணம்.

பெருமூச்செறிந்த சாந்தா அரிசியில் இருந்து நெல்லை ஒதுக்குவதில் தீவிரமாக ஆழ்ந்தாள்.

(தொடரும்)

1991 -ஆம் ஆண்டு எப்படி இருக்கும்?

1991 ஆம் ஆண்டு பலன்கள்

மேஷ ராசி:

அசுவினி, பரணி, கிருத்திகை 1 — ஆம் பாதம்.

கடந்த ஆண்டில் அனுபவித்த கசப்பான அனுபவங்களைப் போலல்லாமல் இந்த ஆண்டில் ஆக்கப்பூர்வமான சில திட்டங்களைத் தீட்ட இருக்கிறீர்கள். ஜனவரி 15—ஆம் தேதிக்கு மேல் அப்படிப்பட்டதொரு முயற்சியைச் செய்து மார்ச் முடிவதற்குள் வெற்றியும் பெறுவீர்கள். நீங்கள் ஒரு அரசியல்வாதியானால் நல்லதொரு வாய்ப்பு உங்களை எதிர்நோக்கி வர இருக்கிறது. நழுவ விட்டு விடாதீர்கள். அரசியலில் நிரந்தர எதிரியும் இல்லை; நிரந்தர நண்பரும் இல்லை என்ற சித்தாந்தத்தை நன்கு அப்பட்டமாகக் கடைபிடியுங்கள். ஏப்ரலில் எப்படியும் ஒரு முன்னேற்றம் ஏற்படும். குடும்பத்தில் சிறு சோதனைகளும், அதனால் மனவேதனையும் ஏற்படலாம். குறிப்பாக ஜூலை மாதத்தில் அத்தகைய நிலை ஒன்று வரலாம். அது கடன்காரர்களின் தொல்லை மூலமாக இருக்கலாம். அல்லது வீடு, மனை இவை சம்பந்தப்பட்டதான கோர்ட்டு விவகாரமாகக் கூட இருக்கலாம். எனினும் வருடத்தின் பிற்பகுதியில் நல்ல சூழ்நிலை உருவாகி பட்டமும் பதவியும் வந்தடையும். சமுதாயத்தில் நன்கு கலந்து பழகுங்கள். நீண்ட நாள் அபிலாஷை ஒன்று டிசம்பரில் நிறைவேறும். 7½ சனியால் நன்மையும் இல்லை. அதே சமயத்தில் தீமையும் ஏற்படாது. நடிப்புத்துறையினர் கலைத்துறையினர் ஆகியோர் அமோக வெற்றியை அடையக்கூடிய ஆண்டாக அமையும். வீட்டில் ஒரு புது ஜீவன் பிறந்து உங்கள் மகிழ்வை அதிகப்படுத்தும்.

ஜனவரி '91 மாத பலன்:

கிரகங்கள் சாதகமான சூழ்நிலையில் சஞ்சாரம் செய்யவில்லை. மாதத்தின் பிற்பகுதியில் கூட சுக்கிரன் ஒருவனே சுகமளிக்கிறான். எனவே மாதத்தின் பிற்பகுதியில் குடும்பத்தில் முதற் பகுதியில் இருந்ததை விட மகிழ்ச்சியை எதிர்பார்க்கலாம். குடும்பத்தில் குழப்பம், எதிர்பாராத விரயம், ஏமாற்றம், தம்பதிகளிடையே பரஸ்பர அமைதியின்மை, மருத்துவச் செலவுகள், திடீர்ப் பிரயாணங்கள், பதவி மாற்றங்கள், எதிர்பாராத ஏமாற்றங்கள், ஆகியவற்றைச் சந்திக்கும் நிலைதான் அதிகம் உள்ளது. எனவே அனுபவித்துக் கழிக்க வேண்டியதுதான். தன்னம்பிக்கையுடன் முருகனது புஜங்க மாலையையோ அல்லது சமஸ்கிருதம் தெரிந்தவர்கள் ஆதி சங்கரரின் சுப்ரமணிய புஜங்க ஸ்தோத்திரத்தையோ தினமும் படித்து வருவது நல்லது எனத் தோன்றுகிறது.



DIPR-2020/MS/90/ELEGANT

ரிஷப ராசி:

கிருத்திகை 2, 3, 4 — ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி, மிருகசீரிஷம் 1, 2 — ஆம் பாதங்கள்.

முதல் மாதத்தின் மூன்றாவது வாரத்தில் ஒரு சுப நிகழ்ச்சியுடன் ஆரம்பிக்கும் இந்த ஆண்டு உங்கள் வாழ்க்கையில் இதுவரை இல்லாத முன்னேற்றத்தைத் தரும். நீங்கள் ஒரு நடிகையானால் தேசிய அளவிலான பரிசையும், பாராட்டையும் தட்டிச் செல்வீர்கள். ஆராய்ச்சியாளரானால் உங்கள் ஆராய்ச்சியின் முடிவை வெளி உலகுக்கு உணர்த்தி அதனால் ஆதாயம் அடைவீர்கள். உள்ளபடியே நீங்கள் ஒரு சக்தியும், செழிப்பும் மிக்கதொரு ஆண்டாக — இதை வாழ்வில் பசுமையாக நினைக்கும் அளவிற்கு வளம் சேர்க்கும் வருடமாக நினைக்கும் அளவிற்கு உங்களது திறமையை வெளிக்குக் கொணர இருக்கிறீர்கள். தொழிலை விரிவு படுத்துவீர்கள். உங்கள் வேகத்திற்கு ஈடு கொடுக்க முடியாது திணறும் உங்கள் குடும்பத்துடன் மோத வேண்டிய சூழ்நிலை நவம்பரில் அல்லது டிசம்பரில் ஏற்பட்டு, ஜனவரியில் சமூக சூழ்நிலை திரும்பும். இடையிடையே அஜீரணக் கோளாறு ஏற்படலாம். வெளிநாட்டுப் பிரயாணங்களை மேற்கொள்ள வேண்டிய வாய்ப்பு ஏற்படும். புதிய வீடு புதிய வாகனம், புது மக்கள் தொடர்பு என சமூகத்தில் ஒரு அந்தஸ்தைப் பெற இருக்கிறீர்கள். ஆட்சியில் உள்ள சனி பகவான் சஞ்சலத்தைத் தர மாட்டார். உங்கள் பணியை உற்சாகத்துடனும், உறுதியுடனும் தொடங்குங்கள். மாணவிகள் மனம் தளராமல் முயன்றால் இந்த ஆண்டுத் தேர்வில் முதலிடமே பெற முடியும்.

மாத பலன்:

உங்களுக்குக் கூட உகந்த மாதமாக அமையவில்லை. சுக்கிரனும், புதனும், சற்று அருள் பாலிப்பதால் கலைத் துறையில் உள்ளவர்களும், வாசனைத் திரவியம், கட்டிட சம்பந்தமான அலங்காரப் பொருட்களை விற்பவர்கள், ஒப்பனைக் கலைஞர்கள், இசைக் கலைஞர்கள் ஆகியோர் ஓரளவிற்கு நன்மை பெறுவார்கள். உடல்நிலை பாதிப்பு ஏற்படும். ஆயினும் ஆராய்ச்சியாளர்கள், மேதைகள், விளையாட்டு வீரர்கள், வீராங்கனைகள், நாடகக் கலைஞர்கள் ஆகியவர்கள் மாதத்தின் கடைசியில் பட்டங்களையோ, பரிசுகளையோ, அரசு விருதுகளையோ பெறும் வாய்ப்பு உண்டு. வித்யா காரகனான புதனால் இந்த ராசிக் குழந்தைகள் தேர்வில் நல்ல தேர்ச்சி காட்டுவார்கள்.

மிதுன ராசி:

மிருகசீரிஷம் 3, 4 — ஆம் பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1, 2, 3 — ஆம் பாதங்கள்.

ஆண்டின் முதல் பதினைந்து நாட்கள் சற்று சஞ்சலத்துடன் கழியும். அதற்குப் பின்வரும் காலகட்டத்தில் படிப்படியாக சுபிட்சமும் மன அமைதியும் திரும்பும். இந்த ஆண்டில் தொழிலில் ஒரு புதுத் திருப்பம் பிப்ரவரியில் ஏற்படும். ஆனால் மார்ச் மாதத்தின் மத்தியில் திடீரென ஒரு தேக்க நிலை எதிலும் காணப்படும். ஏப்ரல் முதல் மீண்டும் புதுத்தெம்பும், திறமையும் ஏற்பட்டு தொழிலில் முன்னேற்றம் காணப்படும். அரசியலில் ஆதாயம் உண்டு. புது நகைகளும் வீடும், வாகனமும் அக்டோபர் வாக்கில் வாங்க வேண்டிய அளவிற்குச் செல்வச் செழிப்பு காணப்படும். தசாபுக்திகள் அதற்கேற்ப அமைந்திருக்க வேண்டியது அவசியம். புதன் ஆட்சி உச்சம் பெற்று அந்தத் தசை நடைபெறுபவர்கள் கட்டாயம் மேலே குறித்த பலனை அடைவார்கள். நகைக் கடைக்காரர்கள், வங்கி ஊழியர்கள் மற்றும் கலைஞர்கள் சுப பலனை அதிகம் பெறுவார்கள். திடீர் உணர்ச்சிக்கும் மனவெழுச்சிக்கும் வாய்ப்பு அதிகம். அது வீட்டில் உள்ள சிலரின் போக்காலோ அல்லது வெளியில் இருந்து வரும் செய்தியாலோ கூட ஏற்படலாம்.

மாத பலன்:

மாதத்தின் முதற் பகுதியில், ஞானகாரகனாகிய குருவின் அருளால் பக்திச் சொற்பொழிவுகள், கோபுர தரிசனம், புனிதப் பிரயாணம் என பக்தி மார்க்கத்தில் ஈடுபாடு ஏற்பட்டு, சுபச் செலவுகள் உண்டாகும். மற்றபடி மாதம் பூராவும் ஒருவிதமான மன அமைதியும், மகிழ்வும் உண்டு. ஒரு சிலருக்குக் கண், முழங்கால், பல் என ஏதேனும் ஒருவகையில் வலி உண்டாகி மருத்துவச் செலவு ஏற்படலாம். மாதத்தின் கடைசி வாரத்தில் வீட்டில் திருமணம் ஒன்று நிகழ்வதற்கான சூழ்நிலை உருவாகும். சகோதரர்களால் சிலருக்குச் செலவினம் ஏற்படலாம். அது கல்விக்காகவும் இருக்கலாம். அல்லது திருமணம், போன்ற சுப நிகழ்ச்சிகளுக்காகவும் ஏற்படலாம்.

கடக ராசி:

புனர்பூசம் 4 — ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்.

முதல் ஆறு மாதங்களில் சுறுசுறுப்பான முறையில் முன்னேற்றம் காணப்படும். கலைத் துறையில் உள்ளவர்களானாலும் சரி, அல்லது தொழில் துறையில் இருந்தாலும் சரி திடீர் திருப்பத்திற்கு ஆளாகி பொருளாதார மேம்பாட்டை எளிதில் அடைவீர்கள். குறிப்பாக மே மாதம், ஜூன் மாதங்களில் மகத்தான முன்னேற்றம் ஏற்படும். திருமண வாய்ப்பு கைகூடி அதனால் பலவிதத்திலும் நன்மைகள் ஏற்படும். உங்கள் செல்வாக்கும் திறமையும் நன்கு மதிக்கப்படும். வெளிநாட்டிற்குச் செல்ல வேண்டிய வாய்ப்பும் உண்டு. திரைப்படக் கலைஞர்களுக்கு எதிர்பாராத ஏற்றமும் அதன் பயனாக பாராட்டும் பரிசும் கிடைக்கும். அரசியலில் ஈடுபட்டுள்ளவர்களுக்கு அது சம்பந்தமான ஆதாயங்கள் அது அமைச்சர் பதவி போன்றோ, அல்லது தொழில் முறையில் இதுவரை முயன்றும் கிடைக்காதிருந்த கோட்டா, லைசென்ஸ் போன்றவைகளோ கிடைத்து உங்கள் அந்தஸ்தை உயர்த்திக் கொள்ளக் கூடிய தருணம் இந்த ஆண்டில் ஏற்படும். உங்கள் ராசியில் உள்ள உச்சகுரு உங்களுக்கு இதுவரை புத்திரப்பிராப்தி இல்லாதிருந்தால் அந்தக் குறையை நீக்குவார். ஆனால் அதற்குரிய வயதும் பருவமும் எல்லை கடந்திருந்தால் தத்துப் புத்திரனை அடைவதற்குரிய வழியாவது ஏற்படுத்துவார். மற்றபடி நீண்ட தூரப் பிரயாணத்திற்கு வாய்ப்பு அதிகம் காணப்படுகிறது. ஒப்பந்தங்கள், ஜாமீன் போன்ற பத்திரங்களில் கையெழுத்திடும் போது நன்கு சிந்தித்துச் செயலில் இறங்குங்கள். ஏமாற வேண்டிய சூழ்நிலை அக்டோபர், நவம்பர் மாதங்களில் உருவாகும்.

சிம்ம ராசி:

மகம், பூரம், உத்திரம் 1 — ஆம் பாதம்.

உங்களது முழுத் திறமைக்கும் இந்த ஆண்டு முழுவதும் வேலை இருக்கும். உங்களது நேர்மையும் விசுவாசமும் உங்களைச் சார்ந்தவர்களால் நன்கு கண்டறியப்பட்டு அதற்கான பலன்களை உங்களுக்கு அளிக்க இருக்கிறார்கள். அது பதவி உயர்வின் மூலமும் வரலாம். அல்லது தொழிலில் ஒரு பங்குதாரராக ஆக்குவதின் மூலமும் வரலாம்.

இந்த ஆண்டு உங்களுக்கு எல்லா விதத்திலும் நன்மை புரியும் ஆண்டாக அமையும். உங்களது குடும்ப வாழ்க்கையில் ஒரு புத்துணர்வும் மறுமலர்ச்சியும் ஏற்படும். குழந்தை இல்லாத இந்த இராசிக்காரர்கள் அந்த செல்வத்தை இந்த ஆண்டு அடைவார்கள். குடும்பத்தில் உற்றார் உறவினரிடையே இருந்த வேற்றுமை உணர்வு மறையும். உங்களது கடந்த கால வாழ்க்கையில் உங்களைக் கெடுத்துக்கொண்டிருந்த முன்கோபம், பொறுமையின்மை ஆகிய குணங்களின் தீமையை உணரத்தக்க தொரு அனுபவமும் ஏற்படும். அதன் பயனாக மேலே கூறப்பட்ட உணர்வுகளுக்கு இனி இடம் கொடாதவாறு நீங்கள் உங்களைத் தயார் செய்து கொள்ளப் போகிறீர்கள். வாகனயோகம் நன்றாக அமைந்துள்ளதால் மேலும் வாகனங்களை வாங்க வேண்டியிருக்கும். இந்த ஆண்டில் மேலும் 10 ஆண்டுக்குத் தேவையான ஆக்கப்பூர்வமான தொழில் விரிவினையும் சேமிப்பையும் ஏற்படுத்திக் கொள்வீர்கள். அலைச்சல் காரணமாக ஏற்படும் உடல்நிலை பாதிப்புகள் உங்களுக்குச் சற்றுக் கவலை தந்தாலும் அவைகள் அவ்வப்போது சரியான நிலைக்கு வந்து விடும். ஜூன் முதல் டிசம்பர் முடிய பணவருவாய் குறைவின்றி வரும். புனிதயாத்திரை ஒன்றை மேற்கொள்ளுவீர்கள்.

மாத பலன்:

சுற்று சுமாரான மாதம்தான். சென்ற மாதத்தின் சூழ்நிலையின் பெரும் பகுதி இந்த மாதமும் தொடரும். மாதத்தின் முதலிரண்டு வாரங்கள் அமைதியுடன் கழியும். ஆனால் மாதத்தின் பிற்பகுதி சற்றுக் கடினமானதொரு காலகட்டத்தை அடையும். எனினும், குரு பார்வையினால் கஷ்டம் குறையும். கடன் தொல்லை. அலுவலகத்தில் பெரிய அதிகாரிகளின் கெடுபிடி, கூட்டு வியாபாரத்தில் சற்றுக் கடுமையான உழைப்பு என ஏதோ ஒன்றின் காரணமாக அலைச்சலும், மனக் குழப்பமும் ஏற்படும் என்றாலும், விபரீதமாக ஒன்றும் ஆகிவிடாது. மாதத்தின் மத்தியில் வீட்டு, வாகன யோகம் ஏற்படும்.

மாத பலன்:

உச்சம் பெற்றுள்ள குரு உங்களுக்கு நல்லதையே செய்வார். மற்ற கிரகங்களையும் அவ்வாறே செய்யும்படி அருள்பாலிப்பார். எனவே உங்களைப் பொருத்தவரையில் இந்த மாதம் பூராவும் மன அமைதி. பண வரவு, உத்தியோக உயர்வு, புத்திரோற்பத்தி. புனிதப் பயணம். மற்றும் மத சம்பந்தமான நிகழ்ச்சிகளில் பங்கேற்பது போன்று பல விதத்திலும் நன்மை உண்டு. எந்தத் துறையில் இருந்தாலும், அது ஆணாக அல்லது பெண்ணாக இருந்தாலும். பெரும்பாலான நன்மையே வந்தடையும். அத்துடன் இலாபாதிபதியாக உள்ள செவ்வாய் அரசியலில் ஈடுபட்டுள்ள இந்த இராசிக்காரர்களுக்கு உயரிய பதவியைக் கட்டாயம் அருள்வார்.



திருவாதிரை களி செய்ய ஒரு சுலபமான வழி. ரொம்பப் பேர் களி பண்ணி விட்டு, எங்காத்தில் வெந்தது ஜாஸ்தி. எங்காத்தில் வேகவே இல்லை என்று சொல்லுவார்கள். அதற்கு ஒரு வழி. அரிசி மாவு (வறுத்து) பொடித்தது. மூன்று தண்ணீர் வைத்து மாவு எவ்வளவு இருக்கிறதோ அளந்து வைத்துக் கொண்டு அந்த அளவுக்குக் கொஞ்சம் குறைவாகவே வெல்லப் பொடி, ஏலக்காய், தேங்காய் எல்லாம் போட்டு.

வெல்லம் கரையவிட்டு, பச்சை வெல்ல வாசனை போன பிறகு, மாவைக் கொட்டிக் கிளறி, ஒரு கற்று அகப்பையில் கிளறி, அப்படியே குக்கரில் வைத்து விடுங்கள். பத்து நிமிடங்கள் கழித்து இறக்கி விடவும். ஐந்து அல்லது 10 நிமிடங்கள் கழித்துத் திறந்து பார்த்தால், களி, பூவாக உதிர்ந்து ரொம்ப நன்றாக இருக்கும்.

— டி. ஆர். சுப்புலட்சுமி.

கன்னி ராசி:

உத்திரம் 2, 3, 4 — ஆம் பாதங்கள். ஹஸ்தம். சித்திரை 1, 2 — ஆம் பாதங்கள்.

மிதுன ராசிக்காரர்களுக்குரிய பெரும்பாலான பலன்கள் உங்களுக்கும் நடக்கும் என்றாலும் ஏகாதசிப் பிரகஸ்பதி எனும் உச்ச குருவால் முதல் ஆறு மாதத்திற்கு மந்தமான பலனே நடக்கும். அறிவாற்றல் பெருகும். ஆனால் அதற்கான நிதி உதவி இருக்காது. திறமையை நன்கு காட்டுவீர்கள். ஆனால் நிர்வாகத்தினர் நன்கு அதைப் பயன்படுத்தித் தாங்கள் மேம்பாட்டை அடைவார்களே ஒழிய நீங்கள் ஏணியாகக் கீழே நின்றிருக்க வேண்டியதுதான். ஆனால் உங்களில் எழுத்தாளர்களாகவும். நடிப்புத் துறையில் ஈடுபட்டுள்ளவர்களும் அரசியல் வாதிகளும் விளையாட்டு வீரர்களும் இதற்கு விதிவிலக்காக அமோகமான நிலையில் பட்டமும் பரிசுகளும் பாராட்டுதல்களும் பெற்று வெற்றி வீரர்களாக நடைபோடுவார்கள். யாருக்கும் எதற்காகவும் ஜாமீன் நின்று விடாதீர்கள். ஏமாந்து விடுவீர்கள். ஜூன் அக்டோபர் ஆகிய இந்த இரண்டு மாதங்களில் பொன் நகைகள் வாங்கும் வாய்ப்பு ஏற்படும். நவம்பரில் வீட்டு மனை ஒன்றை வாங்குவீர்கள். சற்றுக் கூடுதலான முறையில் மருத்துவச் செலவும் ஏற்படலாம். கணவன் மனைவி உறவில் சற்று சந்தேகத்திற்கு இடம் கொடுத்து சஞ்சலத்தில் ஆழப் போகும் வாய்ப்பு உண்டு. எனவே அத்தகைய நிலையைக் கூடிய மட்டும் தவிர்க்கப் பார்ப்பது நல்லது.

மாத பலன்:

மிகச் சிறந்த மாதம் என்று கூற முடியவில்லை. அதே சமயம். தொல்லை தரும் மாதமாகவும் இருக்காது. நன்மையும் தீமையும் மிதமாக இருக்கும் மாதமாக இருக்கும். சுக்கிரன் சுப நிகழ்ச்சிக்கு வழி கோலுகிறார். பிரகஸ்பதி. பதவி ஏற்றத்திற்கு ஆவன செய்வார். திரைப்பட நடிகைகளுக்கு மாதத்தின் முதற் பகுதியில் நல்ல ஒப்பந்தங்கள் ஏற்பட்டு. பணவருவாய் ஏற்பட வழிவகுக்கும். செவ்வாய் சற்று விரோதத்தைச் சம்பாதித்துத் தருவார். அது வீட்டில் உள்ளவர்களிடையே குறிப்பாக சகோதரர்களுக்குள் ஏற்படலாம். அல்லது பணிபுரியும் இடத்திலும், ஏற்படலாம். எரிபொருள் தொழிற்சாலைகளில் எதிர்பாராத நஷ்டமோ. தீ விபத்தோ ஏற்படலாம். எனவே பாதுகாப்புத் துறையினர் கவனமுடன் இருப்பது நல்லது.

துலா ராசி:

சித்திரை 3, 4 – ஆம் பாதங்கள். சுவாதி விசாகம் 1, 2, 3 – ஆம் பாதங்கள்.

ஜனவரி முதல் ஏப்ரல் வரை உங்களது முயற்சியில் முன்னேற்றம் உண்டு அதன் பயனாக நிதி ஆதாயமும் உண்டு. ஆயினும் அக்டோபர், நவம்பர் மாதங்கள் நம்பக் கூடிய மாதங்களாக இல்லை. இந்த ஆண்டில் என்றோ பழகி, எப்படியோ பிரிந்து விட்ட ஒரு உறவினர் தொடர்பு மீண்டும் உங்களுக்கு ஏற்படும். அது இளம் வயதில் ஏற்பட்டு பிரிந்து விட்ட இரு உள்ளங்களின் இணைப்பாகவும் இருக்க லாம். அல்லது முறிந்து போன நட்பாகவும் இருக்கலாம். இந்தத் தொடர்பால் உங் களுக்குச் சற்றுக் கூடுதலான நிதி ஆதாயம் ஏற்படும் வாய்ப்பு அதிகம் காணப்படுகிறது. குறிப்பாக ஏப்ரல் மாதத்திலிருந்து நவம்பருக்குள் இது ஏற்படும் நிலை தெரி கிறது. உத்தியோகத்தில் உள்ளவர்களுக்குப் பதவி உயர்வு ஒன்று ஏற்பட்டு அதனால் இடம் மாற வேண்டிய சூழ்நிலை உண்டு. வீடு கட்டும் அல்லது வாங்கும் வாய்ப்பு நவம்பரில் ஏற்படும். அதற்கான ஆக்கப் பூர்வமான வேலைகள் மார்ச் மாதத்திலேயே தொடங்கி விடும். நீண்ட தூரப் பிரயாணம் ஒன்றுக்கு ஏற்பாடாகும். அதனால் ஆதாயம் உண்டு. துலா லக்னத்தில் பிறந்தவர்களுக்கு மேலும் கூடுதலான நன்மைகள் ஏற்படும். பொருளாதாரத்தில் இதுவரை இருந்த தடைகள் நீங்கி வங்கியில் சேமிக்கும் அளவிற்கு நிலை மாறலாம். செப்டம்பர் மாதத்தில் வீண் வம்பு ஒன்றில் மாட்டிக் கொண்டு முழிக்க வேண்டிய நிலை இருப் பினும் அது அவ்வளவாக எந்த பாதிப் பினையும் ஏற்படுத்தாது. வாடகை வீட்டி லிருந்து சொந்த வீட்டில் குடியேறும் நிலை ஒருசிலருக்கு ஏற்படும்.

விருச்சிக ராசி:

விசாகம் 4 – ஆம் பாதம். அனுஷம். கேட்டை.

ஆண்டின் முதல் மூன்று மாதங்களில் எரிபொருள் துறையினர் ஏராளமான இலாபத்தை அடையக்கூடிய வாய்ப்பு உண்டு. இராசாயனத் துறையினர் மற்றும் சோப்பு. அது சம்பந்தமான சலவைத் தூள் மற்றும் அமில உற்பத்தியாளர்கள் ஆண்டு முழுவதுமே நல்ல முன்னேற்றமான நிலை யில் இருப்பார்கள். இந்த இராசியில் பிறந் துள்ள நீங்கள் சற்று முன்கோபக்காரர் களாக இருந்தால் அந்தக் குணத்தை மாற்றிக் கொள்ள வேண்டிய கட்டாயத்திற்கு ஆளா வீர்கள். நெருப்பு. மின்சாரம் இவைகளைக் கையாளும்போது சற்று கவனமாக இருக்க வேண்டிய ஆண்டு. குறிப்பாக சமையலில் ஈடுபட்டுள்ள பெண்களானாலும் ஆண்களானாலும் சிறிய சிறிய நெருப்புக் காயங்களை அடைய வேண்டிய சூழ்நிலை அக்டோபர் நவம்பரில் ஏற்படும். ஸ்டண்ட் நடிகர்கள், விளையாட்டு வீரர்கள் நன்கு பாராட்டப்படுவார்கள். சிவப்பு நிறப் பெண்கள் தோல் சம்பந்தமான அலர்ஜிக்கு ஆளாக வேண்டியிருக்கும். நீச்ச செவ்வாய் திசை நடப்பவர்கள் சற்று ஜாக்கிரதை யாகவே இருக்க வேண்டும். சகோதரர் களால் ஒரு சிலருக்கு நன்மை உண்டு. அரசியல்வாதியினால் ஒரு பதவியைப் பெறும் வாய்ப்பு ஆகஸ்டில் வரலாம்.

தனுசு ராசி:

மூலம் பூராடம். உத்திராடம் 1 – ஆம் பாதம்.

இந்த ஆண்டில் நீங்கள் அரியதொரு வாய்ப்பைப் பெற இருக்கிறீர்கள். குறிப் பாக நீங்கள் ஒரு அரசியல்வாதியானால் மற்றவர்களை அனுசரித்து நடந்து அதற் கான பரிசாக சமூகத்தில் உயர்ந்ததொரு பதவியைப் பெறுவீர்கள். சமூகசேவர்களா னால் உங்கள் சேவை மற்றவர்களால் உணரப்பட்டு உரிய முறையில் நீங்கள் பாராட்டைப் பெற இருக்கிறீர்கள். ஆகஸ்ட் டுக்குள் இந்த வாய்ப்பு உங்களை வந்தடை யும். குடும்பத்தில் கூட இதுவரை அலட்சியப் படுத்தப்பட்டு வந்த நீங்கள் மார்ச்சு மாதத் திலிருந்து மதிப்பானதொரு நிலையைப் பெற இருக்கிறீர்கள். எழுத்தாளரானால் உங்களுக்கு இந்த ஆண்டில் ஓர் விருது நிச்ச யம். ஜோதிடரானால் உங்களுக்குச் சிறந்த வாக்குபலிதம் ஏற்படலாம். ஆகஸ்ட்டுக்குப் பிறகு குரு பார்வையைப் பெறும், தனுசு ராசியில் பிறந்துள்ள கன்னிப் பெண்களுக் குத் திருமணம் கைகூடி வரும். வேத வித்துக் களும் விற்பன்னர்களும் பாராட்டையும் பரிசையும் பெறத்தக்க வாய்ப்பினைப் பெறுவார்கள். ஆராய்ச்சியாளர்கள் தொழில் துறை நிபுணர்கள் இதுவரை பெறாத அரசாங்க விருதுகளை அதாவது பத்மஸ்ரீ பத்மபூஷன் போன்றவற்றைப் பெறு வீர்கள். அந்த அளவிற்கு இந்த ஆண்டு

மாத பலன்:

சனியும், சுக்கிரனும், செய்தொழில் மேன்மையை உண்டாக்குவார்கள். அதனால் இரும்பு வியாபாரிகளும், வாசனைத் திரவிய வியாபாரிகளும் இலாபம் பெறுவர். சுபநிகழ்ச்சிகளுக்கும், இடம் உண்டு. அல்லது சுப நிகழ்ச்சிகளில் கலந்து கொள்ள வேண்டி வரும். பக்தி சிரத்தையான காரியங்களைச் செய்ய வேண்டி வரும். தேர்வு எழுதும் பெண்களுக்குச் சற்றுச் சிரமமான சூழ்நிலை தெரிகிறது. குரு கடாட்சம் குறைவே. ஒரு நல்ல மாதம் எனக் கூற முடியவில்லை. ஞானிகளைத் தரிசித்தல், புனித பயணத்தில் அபூர்வ தரிசனம் என ஒரு சிலருக்கு வாய்ப்பு கிடைக்கும்.

மாத பலன்:

நல்லதொரு மாதமாகும். 7½ சனியின் பிடியிலிருந்து விடுபட இருக்கிறீர்கள். அத்துடன் பெரும்பாலான நவ நாயகர்கள் நன்மை நல்க இருக்கிறார்கள். வேலை கிடைக்கும். உத்தியோக உயர்வு உண்டு. பதவி மாற்றம் எதிர்பார்த்த மாதிரி அமையும். அரசியலில் ஈடுபட்டவர்களுக்கு எதிர்பாராத ஆதாயம் உண்டு. அரசாங்க விருதுகள் பெற வேண்டி இருக்கும். இதுவரை பெறாதவர்களுக்கு அவை கிடைக்கும். குறிப்பாகக் கல்வித் துறை, விஞ்ஞானம், மற்றும் சமுதாயப் பணியாளர்கள், சேவகிகளுக்குக் கூட அத்தகைய விருது கிடைக்கும்.

உங்கள் திறமையை வெளி உலகம் நன்கு உணர்ந்து பாராட்டும். ஏழரை சனியின் தீவிரத்தைக் குரு கட்டுப்படுத்துவார். சனீஸ்வரன் தன் ஆட்சி வீட்டிற்கும் வருவதால் உங்களை வெகுவாகப் பாதிக்காது

மாத பலன்:

சென்ற மாதத்தில் ஏற்பட்ட பலன்களே இந்த மாதமும் நடக்கும். அங்காரகன் ஒரு வினை உங்களுக்கு ஆபத் பாந்தவனாக நின்று அருள்பாலிப்பார். சுக்கிரன் சற்று சுபநிகழ்ச்சிகளுக்கும், சுபச் செலவுகளுக்கும் வழிகோலுகிறார். இராணுவத் துறையினரும் சுங்க இலாகாவினரும் தத்தம் கடமைகளில் மகத்தான வெற்றியைப் பெறுவார்கள். கோர்ட் விவகாரங்களில் ஜெயம் உண்டு. அஷ்டமத்து குருவால்! அரசியல்வாதிகளுக்குப் பதவி பறிபோகும் நிலை உருவாகும்.

மகர ராசி:

உத்திராடம் 2, 3, 4 – ஆம் பாதங்கள், திருவோணம், அவிட்டம் 1, 2 – ஆம் பாதங்கள்.

உங்கள் ராசிநாதனாகிய சனீஸ்வரன் ஆட்சியில் இருப்பதால் ஏழரைச் சனியின் தொல்லை அவ்வளவாக இல்லை. இந்த ஆண்டு நீங்கள் ஒரு புதிய தொழிலைத் துவக்க இருக்கிறீர்கள். ஆனால் தயக்கமும் கூடவே இருக்கிறது. ஜூலைக்கு மேல் இந்த நிலை மாறி தைரியமாகத் தொழிலை துவக்குவீர்கள். வழக்கறிஞர்களுக்கு உன்னதமான காலமாக இருக்கும். வாகன யோகம் ஏற்படும். நீங்கள் விவசாயத் தொழிலைப் பெற்றிருந்தால் கருப்பு தானியத்தால் அபரிமிதமான இலாபத்தை அடைவீர்கள். எண்ணெய் வியாபாரிகள் இரும்பு வியாபாரிகள், கருப்புக்கல் துறையினர் கனிமத் துறையினர் அபரிமிதமான இலாபத்தை இந்த ஆண்டில் அடைவதற்கு சனீஸ்வரன் அருள் பாலிக்கிறார். படம் எடுப்போர், பாதுகாப்புத் துறையினர், சுங்க அதிகாரிகள், சிறந்த ஆதாயத்தினைப் பெறுவார்கள்.

மாத பலன்:

ஏழரைச் சனியின் ஆளுகைக்கு உட்பட இருக்கும் இந்த இராசிக்காரர்களுக்கு அவருடைய அருள் கிடைக்கும். எனவே சனீஸ்வரர் ஆபத்தைத் தர மாட்டார். மற்றபடி தசாபுத்திகளுக்கேற்ப பலன் மாறுபடலாம். குருவின் அருட் பார்வை உள்ளதால் அரசியலில் உள்ளவர்கள். ஆதாயம் பெறலாம். ஒருசிலருக்குப் பட்டம், பதவியும் கிடைக்கும். எரிபொருள் துறையினர் சற்றுச் சிரமப்பட வேண்டியிருக்கும். இரும்பு மற்றும் இயந்திர வாகனத் துறையினருக்கு இலாபம் கூடுதலாக கிடைக்கும். சமூக சேவகிகள் சற்று ஜாக்கிரதையுடன் தமது சேவையைத் தொடர வேண்டும். அலட்சியத்தாலோ கவனக்குறைவாலோ அல்லது திடீர் உணர்ச்சிவசப்படுவதாலோ தங்களுக்குத் தேவையற்றதொரு தொல்லையை விலைக்கு வாங்கி கொள்வார்கள்.

கும்ப ராசி:

அவிட்டம் 3, 4 — ஆம் பாதங்கள், சதயம், பூரட்டாதி 1. 2. 3 — ஆம் பாதங்கள்.

ஜூலை வரை ஏழரைச் சனியின் வேகம் குருவால் கட்டுப்படுத்தப்படுவதால் சஞ்சலப்படத் தேவையில்லை. எனினும் கடந்த ஆண்டைப் போலல்லாமல் எந்த முயற்சியிலும் சற்று நிதானமாக இருப்பதாக தென்படும். உடலில் காரணமில்லாமல் வலியோ அசதியோ முழங்கால் பிடிப்பு போன்ற வாத சம்பந்தமான நோயோ அடிக்கடி ஏற்பட்டு நச்சுத்தொந்திரவு தரும். இதனால் மருத்துவச் செலவு கூடுதலாகும். வெளிநாட்டுப் பிரயாணம் ஒன்று ஏற்பட வாய்ப்பு உண்டு. அதனால் மார்க்க வாக்கில் ஆதாயமும் உண்டு. கடன் பிரச்சினை சற்று மன நிம்மதியைக் குறைக்கும். தொழில் துறையில் தொழிலாளர்களால் சில பிரச்சினைகள் ஏற்பட்டு, குரு கடாட்சத்தால் நன்கு சமாளிக்கப்பட்டு விடும். ஆகஸ்ட்டுக்குப் பிறகு ஆட்சியில் உள்ள சனீஸ்வரன் சில சோதனைகளைத் தோற்றுவிப்பார். இதனால் அலுவலகப் பெண்கள் சற்று பாதிக்கப்படலாம். இரும்பு, கட்டிடச் சாமான்கள் ஆகியவற்றை விற்பவர்களுக்குக் கூடுதலான லாபம் கிடைக்கும். எள், எண்ணெய் வியாபாரிகள் அதிக லாபத்தை எதிர்பார்க்கலாம். அரசுப் பணியில் உள்ள பெண்களுக்கு இடமாற்றம் நிச்சயம் ஏற்படும். தசாபுக்திகள் நன்றாக உள்ளவர்களுக்கு அவ்வளவாகத் தொல்லை இல்லை.

மீன ராசி:

பூரட்டாதி — 4 ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி.

நீங்கள் இந்த ஆண்டு முழுவதும் நல்ல பலனை எதிர்பார்க்கலாம். குறிப்பாக டிசம்பரிலிருந்து ஆகஸ்ட்டுக்குள் எதிர்பாராத தனலாபம் ஒன்றை அடைவீர்கள். வீடு, மனை வாகன யோகம் சிறப்பாக உள்ளது. அத்துடன் சுப நிகழ்ச்சிகளுக்கும், சுபச் செலவுகளுக்கும் வாய்ப்பு அதிகம். பணிபுரியும் பெண்கள் பொன்னாபரணங்களை அக்டோபர் முதல் நவம்பருக்குள் வாங்க வேண்டிய சூழ்நிலை வரும். உத்தியோக மாற்றம் ஏமாற்றத்தைத் தராது. இசைக் கலைஞர்களாக உள்ளவர்களுக்கு செப்டம்பர் மாதத்தில் வெளிநாட்டுப் பயணம் ஒன்று ஏற்படும். குரு தசையும் சனி தசையும் நடப்பவர்களுக்கு மிகச் சிறந்த யோக காலமாக அமையும். வழக்கறிஞர்கள் கணக்காயர்கள், நீதிபதிகள் சுங்க இலாக்காவினர் சிறந்த நன்மைகளை அடைவர். ஆசிரியப் பணியில் உள்ள பெண்கள் பட்ட மேற்படிப்பிற்கோ டாக்டர் பட்டத்திற்கோ முயற்சி செய்து பயன் பெறக்கூடிய காலம். இரும்பு, வெள்ளி, தங்க வியாபாரிகள் நல்ல தொரு லாபத்தைப் பெற முடியும். ஷேர் மார்க்கெட்காரர்களுக்கு ஏராளமான லாபம் வரும். கனக புஷ்பராகமோ, நீலக் கல்லோ வைத்த மோதிரத்தை பயன்படுத்தினால் வழக்கு கோர்ட் விவகாரங்களில் உடனடியாக வெற்றி பெறலாம். இதுவரை உங்களுக்கு இருந்த பல இன்னல்களிலிருந்து, (அது குடும்ப வாழ்க்கையிலும் இருக்கலாம் அல்லது பணிபுரியும் இடத்திலும் இருக்கலாம்.) இந்த ஆண்டு விடுபடுவீர்கள். விவாகரத்து சம்பந்தமான வழக்குகளில் வெற்றி உண்டாகும். நூதன வீட்டமைப்பு சிலருக்கு ஏற்படும். மொத்தத்தில் நவம்பர், டிசம்பர் ஆகிய மாதங்களில் சற்று குழப்பம் ஏற்படும். ஆயினும் பெரும் அளவிற்கு பாதிப்பு இல்லை.

மாத பலன்:

10ல் ஒரு பாவி நல்லது என சோதிட நூல் கூறுவதற்கேற்ப சனி பகவான் இது வரை தொல்லை ஏதும் தரவில்லை, நன்மையும் தரவில்லை எனக் கூற முடியாதவாறு இதுவரை இரண்டையும் கலந்தே வழங்கி வந்தார். இனி இம்மாதக் கடைசியில் இருந்து

பருப்புத் தேங்காய் (அ) வெல்லப் பாகு வேண்டும் போது வெல்லத்துடன் தண்ணீர் சற்று கூட வைத்தால் நன்றாகக் கொதித்துப் பாகு நல்ல பதமாகவும் வரும். பருப்புத் தேங்காய் பிடிக்கவும் சுலபமாகிறது.

— பானுசுரேஷ்.



மாத பலன்:

இலாபத்திலிருந்த இராசிநாதன் விரயத்திற்கு வருவதற்குள், உங்களுக்கு எதிர்பாராத தனலாபத்தைத் தந்து விட்டு வருவார். தை மாத இறுதியில் திருநள்ளாறு போய் வருதல் நன்று. மகரத்துச் சனீஸ்வர் மன அமைதியைக் குறைக்கும் நிலையை உருவாக்க மாட்டார். எனினும், அகலக் கால் வைக்க வேண்டாம். கடன் தொல்லை குறையலாம். ஆறாம் வீட்டு குருவும், அங்காரகனும், உடல்நலக் கோளாறைத் தரலாம். மருத்துவச் செலவு கூடும்.

நல்ல நிலையே உருவாக்குவார்.. இனி வரும் மாதங்களில் பதவி உயர்வு, நடிகர்களுக்குப் பாராட்டு, பண வரவு, வீடு வாகன யோகம் என ஒவ்வொன்றாகத் தர இருக்கிறார். எனவே சனி பகவானை ஆராதியுங்கள். குரு இராசிநாதன் மட்டுமல்ல, உச்சம் பெற்றும் விளங்குவதால், அரசியல்வாதிகள், ஆசிரியர்கள், மற்றும் இதுவரை நகைக்கடைக்காரர்கள், வெகு ஜன மதிப்பும், அரசு விருதும் பெற இருக்கிறார்கள். இதுவரை இருந்து வந்த தொல்லைகள் படிப்படியாக குறையக் காணலாம். சுபச் செலவும் ஏற்படும். உடல்நலம் நன்கு தேறி விடும்.

குறிப்பு: ஆண்டு பலன் கோட்சார ரீதியாக கிரகங்களின் வலிமையையும், பலவீனத்தையும் பல கோணங்களிலிருந்து ஆராய்ந்து எழுதப்படுகிறது. எனினும் ஆட்சி, உச்சி, கிரகங்களின் தசாபுக்திகள் நடப்பவர்களுக்கும், நீச்சமும், மறைவும் தானமும் பெற்றுள்ள கிரகங்களின் தசாபுக்தி நடப்பவர்களுக்கும் மேலே கூறப்படும் பலன்களில் சற்று மாறுதல் ஏற்படலாம். எனினும் பெரும் அளவிற்கு மாறுதலிருக்காது.

மங்கையர் மலர் நேயர்களுக்கு இந்த ஆண்டு நல்லதொரு ஆண்டாக இருக்க வேண்டுமென இறைவனை இறைஞ்சுகின்றோம். உலகெங்கிலும் அரசியல் குழப்பங்களும், விபத்துகளும், அமைதியின்மையுமாக விளங்கிய சென்ற ஆண்டைப் போலல்லாது, அமைதியும் செழிப்பு மிக்க ஆண்டாக இந்த 1991ம் ஆண்டு இருக்க வேண்டுமென பிரார்த்திப்போமாக!

— ஜெயலட்சுமி கிருஷ்ணன்.

ஆள் பாதி ஆடை பாதி என்ற நிலை மாறி ஆடை ஆளையே மாற்றி விடும் அளவு இப்போதைய துணிகள் தரம் உயர்ந்துள்ளன. பட்டு, பவுன் போன்ற தேவையின்றி வண்ண வண்ண உடையினால் நம் தோற்றத்தை அதிக செலவின்றி பொலிவுடன் வைத்துக் கொள்ளலாமே.





1. இவ் வகை நீல நிறம் அமைதியான மகிழ்வைத் தெரிவிக்கும். ஜரிகை வேலைப்பாடுடைய உடை பல வண்ணம் கொண்ட துப்பட்டா. காலை நேர விழாக்களில் கண்களுக்குக் குளிர்ச்சியாக நம்மைத் தனித்துக் காட்டும். இவ்வுடையில் கழுத்திற்கு அணிகலன் தேவையிராது.

2. கறுப்பில் பூப் போட்ட, மஞ்சள் நிற வேலைப்பாடமைந்த சுரிதார் காஷுவல். பிக்னிக் போன்றவற்றிற்கு ஏற்றது. அடுத்துள்ள பளபளப்பு ஆடை மாலை, இரவு நடைபெறும் விழாக்களில் உங்களை இராணியாகக் காட்டும். உடன் தங்க நிற அணிகலன்கள் மேலும் அழகூட்டும்.

3. வீட்டிலோ வெளியிலோ எப்போதும் 'பளிச்'சென்று இருக்க அதிகச் செலவில்லாத இவ்வுடை போதுமே. முத்து, வெள்ளை நிற மணியினால் ஆன ஆபரணங்கள் சிறப்பாக இருக்கும்.



4. கல்லூரிப் பெண்களுக்கு உகந்த ஆடைகள். இவ் வண்ண ஆடைகள் அணிபவர் எப்போதும் உற்சாகத்துடன் இருப்பர். பார்வைக்கும் கவர்ச்சியானவை.

— ஹேமாஸ்ரீ.

உடைகள் உதவி:

நாயுடு ஹால்.
சென்னை.

வண்ணப்படங்கள்:
— யோகா



மகத்தான பொங்கல் விற்பனை!

மஞ்சுஷா

(மேற்கு வங்காள அரசு எம்போரியம்)



20% வரை
தள்ளுபடி
தருகிறது.

பெங்கால் கைத்தறி
காட்டன் & சில்க்
புடவைகள் மற்றும்
பரிசு கைவினை
பொருட்களுக்கு

**7-1-91 முதல்
13-1-91 வரை
மட்டுமே
இந்த சலுகை**

புதிய ஸ்டாக்குகள்
வந்துள்ளன.

MANJUSHA
(West Bengal Govt. Emporium)
Raheja Complex (Basement)
Opp. Anna Statue
834 Mount Road, Madras 600 002.

13-1-91 ஞாயிற்று கிழமை விற்பனை உண்டு.

Adept

முதல் பரிசு:
தால் ஆனியன் சாட் — காரம்

தேவையான பொருட்கள்:

புழுங்கல் அரிசி — 500 கிராம்,
து. பருப்பு — 200 கிராம்,
மிளகாய் வத்தல் — 15,
சிறிய வெங்காயம் — 100 கிராம்,
சீரகம் (சிறியது) — 1 டீஸ்பூன்,
கொத்துமல்லி இலை — 1 சிறிய கட்டு,
பெருங்காயம் — சிறிது,
உப்பு — தேவையான அளவு,
பொரித்து எடுக்க எண்ணெய் — 250 கிராம்.

செய்முறை:

அரிசியையும், பருப்பையும், தனித் தனியாக தண்ணீரில் ஒரு மணி நேரம் ஊறவைக்கவும். வெங்காயத்தைத் தோல் உரித்து, நைசாக (மெல்லியதாக) அரிந்து கொள்ளவும். கொத்துமல்லி இலைகளையும், பொடியாக அரிந்து கொள்ளவும்.

ஊறிய அரிசியைச் சிறிது உப்பு சேர்த்து, அதிகமாக தண்ணீர் விடாமல், கெட்டியாக, நைசாக அரைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

ஊறிய துவரம் பருப்பை, சீரகம், உப்பு, பெருங்காயம், மி. வத்தல் சேர்த்துத் தண்ணீர் விடாமல், சற்று கரகரப்பாக அரைத்துக் கொள்ளவும். அரைத்த பருப்புடன், அரிந்த வெங்காயம், கொத்துமல்லி இலைகளைக் கலந்து, பிசிறி வைத்துக் கொள்ளவும். இந்த பருப்புக் கலவையை எலுமிச்சை அளவு உருண்டைகளாக உருட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.

அரிசி மாவை ஒரு சுத்தமான காட்டன் துணியில் வைத்து, வைத்து, ஈரத்தை அகற்றி, கெட்டியாக்கிக் கொள்ளவும். மாவு கைக்கு ஒட்டாத நிலைக்கு வந்தவுடன் உருண்டைகளாக உருட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.

பால் கவர் அல்லது வாழை இலையில் எண்ணெய் தடவி, மாவு உருண்டை வைத்து, விரல்களினால் தட்டவும். இப்போது தட்டிய மாவின் நடுவில், பருப்புக் கலவை உருண்டையை வைத்து மாவினால் மூடி விடவும். பழையபடி தட்டவும். பருப்புக் கலவை வெளியே வராதபடி பார்த்துத் தட்டிக் கொள்ளவும். வாணலியில் எண்ணெய் காய்ந்ததும், தட்டிய மாவைப் போட்டு, சிவந்து வெந்ததும் திருப்பி விட்டு, எடுக்கவும். மழைக் காலத்தில் சாப்பிடுவதற்கு ஏற்ற காரம். (காரம் தேவைக்கு ஏற்ப மி. வத்தல் கூட்டியோ, குறைத்தோ, சேர்த்துக் கொள்ளவும்.)

— பிரேமா கதிரேசன், மதுரை — 2.



• பிரேமா

இந்தமாத (டிசம்பர்) இதழில் ஒரு சகோதரி பச்சரிசி 5 ஆழாக்கு, பயத்தம் பருப்பு ஒரு ஆழாக்கு போட்டு முறுக்கு செய்யலாம் என்று எழுதியிருந்தார். அதிலேயே பச்சரிசி 5 ஆழாக்கும் கடலைப் பருப்பு அரை ஆழாக்கும், பயத்தம் பருப்பு அரை ஆழாக்கும் கலந்து மாவு செய்து நெய் 100 கிராம் (அ) வெண்ணெய் போட்டு பிசைந்து செய்தால் மிகவும் ருசியாக பொன் நிறத்தில் முறுக்கு இருக்கும். இதே போல பச்சரிசி மாவு 4 ஆழாக்கு, உடைத்த கடலை மாவு ஒரு ஆழாக்கும் போட்டு முறுக்கு செய்யலாம்.

— கமலா வியாசராவ்.

இரண்டாம் பரிசு:
குழல் வடை (காரம்)

தேவையான பொருட்கள்:

பச்சரிசி — 1 டம்ளர்,

பிரசவ லேகியம் என்பது யாவர்க்குப் தெரியும். இதைப் பிரசவித்திருக்கிற பெண்கள் மட்டும்தான் சாப்பிட வேண்டும் என்ற அவசியம் இல்லை. மற்ற சாதாரணப் பெண்களும்,ஏன் ஆண்களும்கூடச்சாப்பிட லாம்.

உதாரணத்திற்கு, எங்களுக்குத் தெரிந்த நபர் ஒருவருக்கு நீண்ட நாட்களாக வயிற்றுக் கோளாறு எனக் கஷ்டப்பட்டதுடன், அதிகமான வைத்தியமும் செய்து, (தகுதிக்கு மேல்) குணமாகாமல் கஷ்டப்பட்டார்.

பிறகு ஒரு சித்த வைத்தியரின் ஆலோசனைப்படி இந்தப் பிரசவ லேகியத்தைத் தயார் செய்து தினம் இரு வேளை ஒரு ஸ்பூன் வீதம் (டானிக் போல்) தவறாது சாப்பிடத் தொடங்கினார். நாளடைவில் வயிற்றுக் கோளாறு யாவும் நீங்கி, தற்சமயம் எந்த உபாதையும் இல்லாமல் மிகவும் ஆரோக்கியமாகவும், மகிழ்ச்சியாகவும் இருக்கிறார். அதோடு இன்னும் இந்த லேகியம் சாப்பிடுவதை நிறுத்தாமல், தினம் அவரது ஆபீஸுக்கும் கையோடு எடுத்துச் சென்று சாப்பிடுகிறார்.

காரணம், கேட்டதற்கு நீண்ட நேரம் உட்கார்ந்த நிலையில் ஆபீஸ் அலுவல் பார்ப்பதால், இந்த லேகியத்தைப் பிற்பகலிலும் சாப்பாட்டிற்குப் பிறகு ஒரு ஸ்பூன் சாப்பிடுவதாகவும், அதனால் எளிதில் ஜீரண சக்தியும் ஏற்பட்டு, உடம்பும் தேவையற்ற சதை இல்லாமலும் நார்மலாக இருப்பதாகக் கூறினார். அதோடு, மலச்சிக்கல் வரவே வராது என்றும் கூறினார்.

— ஆர். பாலா.

பயத்தம் பருப்பு — 1 டம்ளர்,
மிளகாய் வற்றல் — 6,
பெருங்காயம் — 1 சிறு கட்டி,
உப்பு — தேவையான அளவு,
கறிவேப்பிலை — 4 கொத்து,
பச்சை கொத்துமல்லித் தழை கொஞ்சம்,
எண்ணெய் —
ரிபைண்ட் ஆயில் தேவையான அளவு பொரிக்க.

சட்னிக்கு:

தேங்காய் மூடி — 1,
பச்சை மிளகாய் — சிறிது.

செய்முறை:

அரிசி, பயத்தம் பருப்பு இரண்டையும் நன்கு ஊறவிடவும். கல் அரித்துப் போட்டு, மிளகாய், காயம், உப்பு, கறிவேப்பிலை. இவற்றையும் சேர்த்து எல்லாவற்றையும், கிரைண்டர் அல்லது மிக்ஸியில் நன்கு நைஸாகத் தண்ணீர் விட்டு அரைக்கவும். மாவு ஊற்றுவது போலவும் நைஸாகவும் இருக்க வேண்டும்.

தேங்காய் மூடி (கண் உள்ளது) ஒன்று திருவிய பின் உள்ள காலியான (கொட்டாங்குச்சி)தை எடுத்துக் கொள்ளவும். கண் மூடியில் (காலியானதில்) ஆணியால் துளை போடவும். இதைக் குழல் வடை தயாரிக்க குழலாக உபயோகிக்கவும்.

வாணலியில் எண்ணெயைக் காய வைத்து காய்ந்ததும் மாவைக் கரண்டியால் எடுத்து கண் மூடி (துளையுள்ளதில்) எண்ணெய்க்கு நேராகப் பிடித்து ஊற்றவும். எண்ணெயில் முறுக்கை நெளியாகச் சுற்றவும். அதாவது அச்சில் பிழிவது போல பருமனாக அது வேகும். வெந்தபின் பொன் கலராக எடுக்கவும்.

— பி. பிரபா, புதுதில்லி — 3.

மூன்றாம் பரிசு:
கார பணியாரம்

தேவையான பொருட்கள்:

பச்சரிசி — 1 கிலோ
உளுத்தம் பருப்பு — 200 கிராம்
கடலை எண்ணெய் அல்லது
தேங்காய் எண்ணெய் — 1 லிட்டர்
மில்க் மெய்ட் — 2 மேஜைக்கரண்டி
உப்பு — தேவையான அளவு

செய்முறை:

பச்சரிசி உளுத்தம் பருப்பு இரண்டையும் ஒன்றாக தண்ணீரில் அரை மணி நேரம் ஊற வைத்து வழுவழுப்பாக அரைத்துக் கொண்டு தோசை மாவு போல் கரண்டியில் ஊற்றும் அளவுக்கு பக்குவமாய்த் தண்ணீர் சேர்க்க வேண்டும். அரைக்கும் போது

• சில சமயம் குக்கரின் அடிப்பாகத்தில் விடும் தண்ணீர் பாத்திரத்தின் (ஸெபரேட்டர்களில்) விழுந்து சாதம் வீணாகி விடுகிறது. இத்தவறு ஏன்? நாம் புதிதாக வாங்கும் போது அடியில் வைக்கும் பிளேட் வாங்கிவிட்டால் புதிதாக வேறு வாங்காமலேயே உபயோகிக்கிறோம்.

ஸ்டேண்ட் மாடல் என்றால் இப்பிரச்னையில்லை. ஆகவே, அடித்தட்டு இருந்த குக்கர்களுக்குப் புதியதாக வாங்கி உபயோகியுங்கள். தவறு நேராது.

— டி. என். லக்ஷ்மி.

அன்பு ரவியின் முதல் சைக்கிள் சாதனை.



உங்கள் மகிழ்ச்சிக்கு ஒரு விருந்து!

வீட்டில் அனைவருக்கும் ஒரே மகிழ்ச்சி. ஏனெனில் இந்த சின்ன சின்ன வெற்றியிலும் ஒவ்வொரு முறையும் புதிய ருசி குலாப் ஜாமூன் கிடைக்குமல்லவா!

புதிய ருசி இன்ஸ்டென்ட் குலாப் ஜாமூன்மிக்ஸ் கொண்டு நீங்கள் இனி அற்புதமான குலாப் ஜாமூன்களை வீட்டிலேயே தயாரிக்கலாம். நினைத்தாலே வாயில் நீர் ஊரும் ருசி ஜாமூன்கள் தரமான மூலப்பொருள்கள் கொண்டு உருவாக்கப்பட்டவை. இனி நீங்கள் எப்பொழுது விருந்துக்கு தயாரோ அக்கணமே ருசியும் தயார். என்ன! இனி அடுத்த கொண்டாட்டத்திற்கு நீங்கள் தயாரா?



புதிய
Ruchi

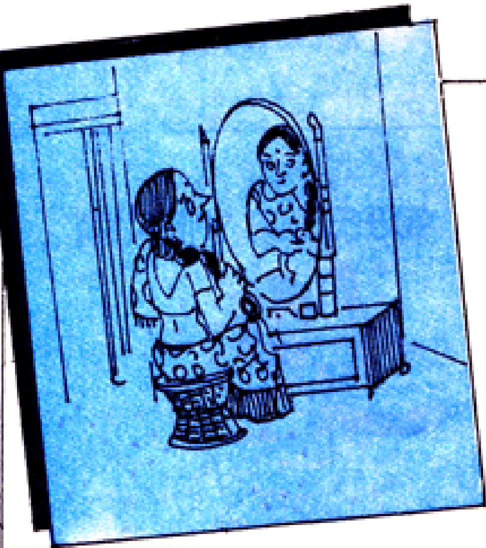
இன்ஸ்டன்ட் குலாப் ஜாமூன் மிக்ஸ்.

ருசி — இந்த சுவைக்கு இணையேதுமில்லை.

SHYAM GROUP
ENTREPRENEURS WITH VISION

ருசி ஊறுகாய்
தயாரிப்பவர்களிடமிருந்து

everest m/25/90



வீட்டை ஒரு இல்லமாக மாற்றுவதற்கு ஏன் ஒரு பெண்ணால் மட்டுமே இயலு கிறது?

ஆண் பத்து பேர் கூடி இருக்கும் இடத்தில் தான் தனது பெருமையென்னும் தோகையை அழகாக விரித்து ஆடுவான். பெண், எப் போதுமே எந்த நிலையிலுமே தன்னை உயர்த்திக் காட்டிக் கொள்வதற்கு விரும்பு வாள், தனிமையில் கூட.

வீட்டில் ஆண் தனியாக இருக்க நேரும் போதெல்லாம் —

உண்பதில் கூட நாட்டமின்றி உறங்கிக் கொண்டே இருக்கத் தலைப்படுவான்.

ஆனால் பெண் தனியாக இருக்க நேரும் போது —

வீட்டைச் சுத்தம் செய்வாள்.

மெல்லிய குரலெடுத்துப் பாடுவாள்.

தையல், பூவேலை என ஏதாவது கைத் தொழிலில் ஈடுபடுவாள்.

புத்தகம் படிப்பாள்.

ஏதாவது புதிய தின்பண்டம் செய்து பார்க்க முற்படுவாள்.

எதுவுமில்லையென்றால்...

கண்ணாடியின் எதிரே நின்று கொண்டு தன்னழகைக் கூட்டுவதற்கான முயற்சிகளி லாவது ஈடுபடுவாள்.

— தங்கம்.

உப்பையும் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். அரைத்த மாவில் மில்க் மெய்ட்டையும் சேர்க்க வேண்டும். வாணலியில் எண் ணெயைக் காய வைத்து மாவினைக் கரண்டி யில் ஒவ்வொன்றாக ஊற்றி வேக வைத்து எடுக்கவும். மிகச் சுவையான இந்தப் பலகாரம் விசேஷ நாட்களில் விருந்தின ருக்குப் பரிமாறலாம்.

— ஸர்வேஸ்வரி புருஷோத்தமன், சென்னை — 14.

ஆறுதல் பரிசு: நூதன புலவ் கேக்

தேவையான பொருட்கள்:

பாசுமதி (புலவு) அரிசி — 250 கிராம்
நல்ல தக்காளி பழங்கள் — 6
பச்சை மிளகாய் — 12
(ஊசி மிளகாய்)
கடலை மாவு — ½ கப்,
நெய் + எண்ணெய் சேர்த்து — 200 கிராம்
பெரிய உருளைக் கிழங்கு — 1
(வேக வைத்தது)
பச்சை பட்டாணி — 100 கிராம்,
கேரட் துருவியது — 2,
கரம் மசாலா பவுடர் — 1 டீஸ்பூன்
வெள்ளைப் பூண்டு பேஸ்ட் — ½ டீஸ்பூன்
பெரிய வெங்காயம் — 4
(சன்னமாக சீவியது)
முந்திரி பருப்பு — 16 (வறுத்தது)
உப்பு — தேவையான அளவு

செய்முறை:

தக்காளியைக் கழுவி வெந்நீரில் 5 நிமிடம் ஊறவிட்டு, அதிலிருந்து ஜூஸை மட்டும் பிழிந்து வடிகட்டவும். அரிசியை 3 மணி நேரம் ஊறவிட்டு வடித்து அத்துடன் மிளகாய், சிறிது உப்பும் சேர்த்து நன்கு அரைத்துக் கொள்ளவும் இதோடு மசித்த உருளைக் கிழங்கு, வேகவைத்த பட்டாணி, பூண்டு பேஸ்ட், கேரட் துருவல், கடலை மாவு, ருசிக்கு ஏற்ற உப்பு சேர்த்துக் கொள்ள வும். இதன் மேல் 150 கிராம் நெய் + எண்ணெய் கலவையை ஊற்றி நன்கு கலந்து கொண்டு நெய் தடவிய கேக் டின் உள்ளே உள்ள பாத்திரத்தில் சம சீராகப் பரப்பி மேலாக முந்திரிப் பருப்பை அலங்காரமாக பதித்து வைக் கவும். கேக் ஓவனில் மணம் வரும் வரை வைத்து எடுக்கவும்.

நன்கு வெந்துள்ளதா என்று சன்ன மான ஸ்டீல் கம்பியைச் செருகிப் பார்த் தால் அதில் ஒட்டாமல் வரும். இதுவே

சரியான பக்குவம். வேண்டிய டிசைனில், (கேக் ஆறியதும்) கட் செய்து கொள்ள லாம். அழகாக ஒரு தட்டில் அடுக்கவும். பாக்கியுள்ள 50 கிராம் நெய்யைச் சூடாக்கி அதில் வெங்காயத் துருவலைப் பொன்னிறமாக வறுத்து இதோடு தக்காளி ஜூஸ், கரம் மசாலா பவுடர், உப்பு சேர்த்து 5 நிமிடம் சுழித்து இறக்கி புலவ் கேக் மேல் அழகாகப் பரவலாக ஊற்றி சூட்டோடு பரிமாறவும். பூண்டு வாசனை பிடித்தவர்கள் சிறிது அளவு கூட்டிக் கொள்ள்லாம். மற்ற்வர்கள் பூண்டு தவிர மற்றவை உபயோகித்தால் போதுமானது. சரியாக வேகவிட்டு எடுத் தால் உள்ளே பூவாக மலர்ந்து இருக்கும் மிருதுவாக.

— மஞ்சுளா சுவாமி,
பெங்களூர் — 3

ஆறுதல் பரிசு:
உருளைக் கிழங்கு காராசேவ்

தேவையான பொருட்கள்:

உருளை கிழங்கு — 250 கிராம்
அரிசி மாவு — 250 கிராம்
நெய் — 1 டீஸ்பூன்
எள் — 1 டீஸ்பூன்
ஜீரகம் — 1 டீஸ்பூன்
காரப் பொடி — 1 டீஸ்பூன்
பெருங்காயம் — சிறிதளவு
உப்பு — தேவையான அளவு
பொரிக்க எண்ணெய் — தேவைக்கேற்ப
இஞ்சி, பச்சை மிளகாய், கொத்தமல்லி, நைசாக அரைத்துப் போடலாம்.

செய்முறை:

உருளைக் கிழங்கை வேக வைத்துக் கொள்ளவும். அரிசி மாவில் நெய், உப்பு மற்ற சாமான்களைக் கலக்கவும். உருளைக் கிழங்கையும் மசித்துப் போட்டு தண்ணீர் விட்டு தேன்குழல் மாவு போல் பிசைந்து கொள்ளவும். அடுப்பில் வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு காய்ந்ததும், சேவ் தட்டில் தேய்த்தோ, அல்லது தேன்குழல் அச்சில் பிழிந்தோ வேக வைத்து எடுக்கவும். இது மிகவும் கரகரப்பாக இருக்கும். இதே போல் சர்க்கரை வள்ளிக் கிழங்கு, மரவள்ளிக் கிழங்கு, வாழைக்காயிலும் செய்யலாம்.

— அகிலம்,
ஹைதராபாத் — 17.

பரிசுப் பொருட்கள்:



நினைவிருக்கட்டும், வைட்டமின் மற்றும் மினரல் பற்றாக்குறையால் உங்கள் குழந்தை அவதிப்படாமலிருக்க, ஊட்டச்சத்துமிக்க சமநிலை உணவு தேவை.

"ஆகவேதான் என் குழந்தைக்கு செரிலாக் தருகிறேன்."

உங்களுக்குத் தெரியுமா, சமச்சீராக உள்ள வைட்டமின்களும், மினரல்களும் ஊட்டச்சத்துகளை உறிஞ்ச உதவுகின்றன என்பது? போஷாக்குப் பற்றாக்குறையினால் குழந்தை அவதிப்படாமலிருக்க இது வகை செய்கிறது.

உங்கள் டாக்டரைக் கேளுங்கள். இந்த வைட்டமின்களையும் மினரல்களையும், போஷாக்குச் சத்துகள் சமச்சீராக உள்ள உணவின் மூலம் பெறுவதுதான் சிறந்த வழி என்பார். அந்த உணவில், புரோட்டீன்கள், கார்போஹைட்ரேட்கள், கொழுப்பு, இரும்பு மற்றும் கால்ஷியம் சத்துகளும் சரியான விகிதத்தில் இருக்கவேண்டும். ஒவ்வொரு வேளை உணவிலும், ஒவ்வொரு நாளும்!

வழக்கமான உணவுகள் மூலம் இந்த எல்லா சத்துக்களையும் தருவது பெரும்பாலான தாய்மார்களுக்கு எளிதல்ல.

இதற்குத் தீர்வு?

செரிலாக். குழந்தைகளுக்கு நான்கு மாதம் முதல் வெறும் பால் உணவு மட்டும் போதாது. ஆகவே அப்போது முதல் தரக்கூடியது, ஊட்டச்சத்துக்களைச் சமச்சீராகக் கொண்ட திட உணவான செரிலாக்.

செரிலாக் ஏ, டி, சி, பி காம்ப்ளெக்ஸ் மற்றும் ஈ வைட்டமின்களால் செறிவூட்டப்பட்டிருக்கிறது. மேலும், இதில் புரோட்டீன், கார்போஹைட்ரேட்கள், கொழுப்பு, இரும்பு மற்றும் கால்ஷியம் சத்துக்களும் உள்ளன-அனைத்தும் சரியான விகிதத்தில், குழந்தைகள் மிகவும் விரும்பும் சுவையுடன்!

ஆகவே போஷாக்குச் சத்துகளைச் சமச்சீராகக் கொண்ட செரிலாக் அனுகூலத்தை உங்கள் குழந்தைக்கு அளிக்கத் துவங்குங்கள். குழந்தைக்கு ௬ மாதம் ஆனதும் வீட்-ஆப்பிள், வீட்-ஆரஞ்சு, மற்றும் வீட்-வெஜிடபிள் ஆகியவற்றின் கூடுதல் அனுகூலங்களை அளியுங்கள்.

பேக்கின் மீதுள்ள விதிமுறைகளைப் பின்பற்றுக.

இலவசம் செரிலாக் பேபி கேர் புத்தகம்

எழுதுங்கள்: செரிலாக், போஸ்ட் பேக் நம்பர்-21, புது தில்லி-110019

நெஸ்லேயின் ஒரு தரமான தயாரிப்பு





உங்கள் குழந்தைக்கு அளியுங்கள் செரிலாக்.

அடுத்த மாதம்...

பாலகுமாரனின்

தொடர்



முன் குரல்

நான் பெண்களுக்காகவே எழுதுகிறேன் என்று கேலி பேசியவர் உண்டு. ஆண் என்ன அல்ப ஜந்துவா? எல்லா ஆணும் அடாது செய்பவரா? அதென்ன பெண்கள் பக்கமே பேசுவது? என்று சலிப்போர் கேட்டதுண்டு.

எனக்குச் சார்பேதுமில்லை.

இருப்பினும் இந்த நாற்பத்து நாலு வயசில் காண்பன கேட்பனவற்றில் பெண் அல்லல் படுவதே அதிகமிருக்கிறது. இவ்வல்லலுக்கு பெண்களே பாதி காரணம் என்பதும் புரிகிறது. ஒரு சமூகத்தில் பாதி, உணர்வுச் சகதியில் உழன்றிருக்க வாழ்வு முன்னேற்றம் எவ்விதம் கைகூடும். அடுத்த பாதியும் அதில் இழுபடுவதைக் கண்டு, அறியாது முகம் திரும்புவது எவ்விதம்.

ஆணாதிக்கம் அழிவு பெண்ணாதிக்கம் தேவையோ ஒரு பெண்மணி கேட்டார். இல்லை. நான் பெண்ணாதிக்கம் போற்றவில்லை. ஆதிக்கம் கொள்வது அழியும் என்பது விதி.

அதே சமயம் அடங்கி ஒடுங்கி இருப்பவர் நிமிர்ந்து முகம் நோக்குவதும் கூடத் தவறு. எதிர் கேட்பது கூடக் கெடுதல். விலகி நடப்பதென்பது இழுக்கு என்கிற வாதம் தவறானது.



அன்பு செய்ய ஆதிக்கம் தடை. அறிந்து கொள்ள ஆளுமை இடைஞ்சல். ஆளுமை வேண்டாம் என்று எதிர்க்கிற பெண்கள் தன்னையறிந்து கொண்டவர்கள்.

தன்னையறிந்தவர்களால்தான் பிறரை உணர முடியும்.

தன்னையும் பிறரையும் ஒருங்கே உணர்வதில்தான் இன்னொரு தலைமுறை வளமாக முடியும்.

என் கவலை இன்றைய பெண்கள் மட்டுமல்ல. நாளைய பெண்கள்.

இனி ஜனிக்கப் போகும் குழந்தைகள்.

ஆளுமையில் துயரப்படாத ஆணும் பெண்ணுமே அடுத்த தலைமுறை பற்றிக் கவலைப் பட முடியும்.

போர் என்பது வேதனை. போராட்டம், அவமானம் என்று சுருளாமல் தொலைநோக்கோடு போரிட்டவர்களை எனக்குத் தெரியும். அவர் அழுத கண்ணீர் இந்த நிலத்தைப் பண்படுத்தியிருக்கிறது. தேசம் மாறியிருக்கிறது. நாம் நல்ல விதை விதைக்க வேணும். அந்த முயற்சி இது.

இந்த முயற்சிக்கு ஆலோசனை சொன்னவள் என் அம்மா. ஓய்வு பெற்ற தமிழ்ப் பண்டிதை. இப்போது ஒதுங்கி நின்று ஊர் பார்க்கும் விவேகி.

அவள் பேச்சுத் தூண்டுதலால் இந்தக் கட்டுரைத் தொடர்.

படித்துவிட்டுப் பேசுங்கள். உங்களுக்குள்ளேயே விவாதம் செய்யுங்கள். பொய்யாய் ஊருக்குச் சிரிப்பதைவிட உள்ளே மலர்ந்த மௌனம் உயர்வு. ஆங்காரமாய் சரி, தவறு சண்டையிடுதலைவிட தன்னுள் தன் இனம் பற்றித் தெளிதல் சிறப்பு.

எழுதுபவன் தூண்டத்தான் முடியும். அறிவு என்கிற திரியிட்டு அனுபவ எண்ணெய் உறிஞ்சி அகல் எரிய வேண்டும் ஒளி பரவ வேண்டும். போராடும் பெண்களின் ஒரு முதற்குரல் அடுத்த மாதம்.

என்றென்றும் அன்புடன்,

பாலகுமாரன்.

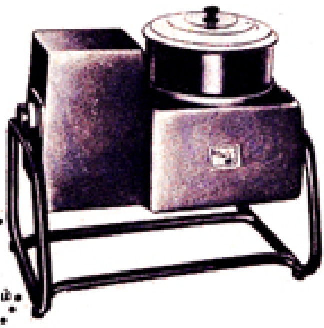


இது ஒரு சுட்டா வெட் கிரைண்டர். ஆம் இது பறக்கிறது. ஆச்சரியமாக இருக்கிறதா? அமெரிக்கா, ஆஸ்திரேலியா, சிங்கப்பூர், மலேசியா போன்ற நாடுகளுக்கு சிபிசி பிரீமியரின் சுட்டா கிரைண்டர்கள் ஏற்றுமதி செய்யப்படுகின்றன. அதன் சிறப்பு அம்சங்களை அறிந்தீர்களானால் ஏன் என்று நீங்கள் உணர்வீர்கள்.

- மோட்டார் உற்பத்தியில் 40 ஆண்டு கால அனுபவம் வாய்ந்தவர்களால் தயாரிக்கப்படும் தனிச் சிறப்பு மிக்க சுட்டா மோட்டார்.
- சாம்பார் பொடி, மிளகாய் பொடி, அரிசிப் பொடி போன்ற உலர் அரவை (Dry grinding) வேலைகளுக்கும் ஏற்றது.
- விற்பனைக்குப் பிந்திய உடனடி சேவைக்கு விரிந்து பரந்த விற்பனை அமைப்பு.

நேர்வகையிலும், சாய்த்து எடுக்கும் சாய்வு வகையிலும் கிடைக்கின்றன.

எனவே அடுத்த முறை வெட் கிரைண்டர் வாங்கும் போது கேட்டு வாங்குவீர் சிபிசி பிரீமியரின் சுட்டா.



2 வருட உத்திரவாதம்

சுட்டா வெட் கிரைண்டர்கள்

சிபிசி பிரீமியர்

O & M 2146 TM

தலைமை அலுவலகம்: சிபிசி (பி) லிட் மேட்டுப்பாளையம் ரோடு கோயம்புத்தூர் 641 030. கிளைகள்: 957 அவனாசி ரோடு, கோயமுத்தூர். போன்: 24451 ● 173 தம்புச் செட்டி தெரு, சென்னை, போன்: 528564 ● *15* A/3 மேற்கு வெளி வீதி, மதுரை, போன்: 22757 3A காலேஜ் ரோடு, திருச்சி, போன்: 25030 ● 649 நேரு ரோடு, விழுப்புரம், போன்: 2163 ● 211 கப்பன்பேட் மெயின் ரோடு, கர்நாடகா சில்க் எக்ஸ்சேஞ்ச் எதிரில், பெங்களூர், போன்: 216751 ● 17-2-30 பொன்னியம்மன் கோவில் தெரு, சித்தூர், போன்: 3228, ● 5-2-130/131 ராஷ்டிரபதி ரோடு, செகந்தராபாத், போன்: 824094 ● எம்.ஜி. ரோடு, ஷிப்பியார்டு நார்த் கேட் அருகில், எர்ணாகுளம், கொச்சின், போன்: 362389 ● குல்-மாப்ஸ் எஸ்டேட், 5/B புருட்கோன் ரோடு, அகமத் நகர், போன்: 6824.

டீலர்கள் இல்லாத பகுதிகளிலிருந்து விசாரணைகள் வரவேற்கப்படுகின்றன.

அழகு + ஊட்டச் சத்து + மருத்துவத் தொடர்...

நிமிர்ந்த நன்னடை

பெண்ணாகப் பிறப்பது பெருந்தவப் பயனே. தாய், தாரம் இந்த நிலைகளை ஏற்கும் பெண்ணின் உழைப்பும், ஊக்கமும் ஆணின் முன்னேற்றத்திற்குக் காரணமாகின்றது. தாரம், தாய் இந்நிலை எய்த பெண்ணின் தக்க வயது காலங்களில் உடலில் ஏற்படும் மாறுதல்கள் இயற்கையின் நியதிப்படி நடக்கின்றன. இளமைப் பருவம், தாய்மை, முதுமை என்று பெண்மை முழுமை பெறுகின்றது. ஆகவே பெண்களுக்கே உரித்தான சில உடல் பாதுகாப்பு முறைகளை அவள் நன்கு அறிய வேண்டும்.

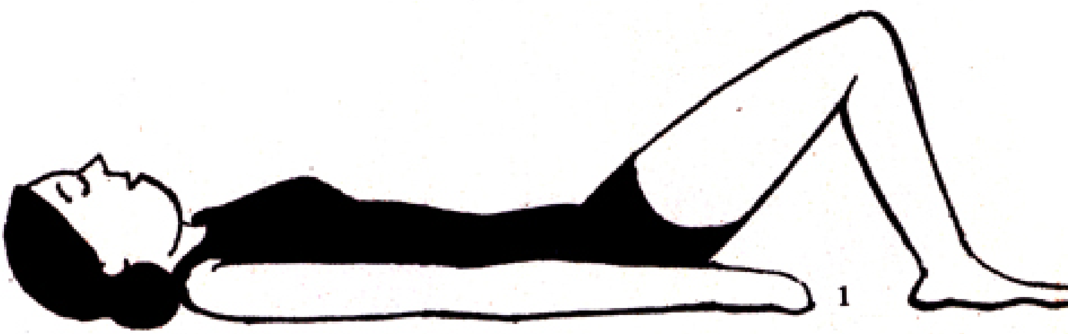
மருத்துவராக...

பெண் பொதுவில் 12 (அ) 13 வயதில் பருவமடைந்தாலும் அவள் மனத்தளவில் குழந்தையே. பருவமடைவதைக் காரணம் காட்டித் தேவையற்ற கட்டுப்பாடுகள் விதிக்கும் போது புத்திசாலிக் குழந்தையின் மனத்தில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தித் தீமை விளைவிக்கும். மாறாக நாம் அவர்களுக்கு எடுத்துக்காட்டாக விளங்கினால் அதை விடச் சிறந்த முறை எதுவும் இராது. அதனால் நம் பெண் குழந்தைகளுக்கு உரிய காலத்தில் மருத்துவ ரீதியாக உடலில் ஏற்படும் மாற்றங்களைச் சொல்லி அருவருப்பு, பயத்தை நீக்குங்கள். சுத்தத்தின் அவசியம், நோய்களிலிருந்து பாதுகாக்கும் முறைகள். இவற்றைச் சொல்லிக் கொடுங்கள். பெண்ணிற்குத் தன் தாயைக் காட்டிலும் ஒரு சிறந்த தோழி இருக்க முடியாது.

ஆகவே, பெரியவர்கள் தங்கள் உடலைப் பற்றி நன்கு அறிந்தால்தானே சிறியவர்களுக்கு உதவ முடியும்.

பெண் பருவமடைவது இயற்கையாக நிகழும் சம்பவம். ஒன்பது வயதிலிருந்தே உடலில் மாற்றங்கள் தோன்றத் தொடங்கி விடுகின்றன. சிலருக்குச் சற்று சீக்கிரமே இது நிகழ்வதன் காரணம் பரம்பரை, உணவுப் பழக்கம், சூழ்நிலை காரணம். ஆனால் மிகச் சீக்கிரமாகப் பருவம் ஏற்பட்

* முதுகுவலி, வயிற்றுவலி இல்லாமல் இருக்க...





2

டாலோ அல்லது பதினாறு வயதிற்குப் பின்பும் பருவமெய்தவில்லை என்றாலோ மருத்துவ ஆலோசனைப் பெற வேண்டும்.

சிலருக்கு முதல் மாதத்திற்குப் பின் பல மாதங்கள் மாதவிலக்கு இல்லாமல் இருக்கக் கூடும். மருத்துவரை அணுகி இரத்த சோகை போன்ற பரிசோதனைகளைச் செய்து கொள்ளல் அவசியம். சிறு பெண்களோ, நடுத்தர வயதினரோ 'ப்ரிமென்ஸ்ட்ரவல் சின்ட்ரோம்' என்ற மாதவிலக்கிற்கு முன் ஏற்படும் வயிற்று வலி, கால்வலி, வாந்தி, மயக்கம், சோம்பல், தூக்கம், மார்பகம் வலித்தல், உடல் கனத்தல், தலைவலி, வலிப்பு, எரிச்சல், கோபம், அழுகை, மனச் சோர்வு போன்ற பல அவதிக்குள்ளாவதால் 'மாதவிலக்கு' ஓர் அச்சத்துடன் நோக்கப்படுகின்றது.

இவர்களுக்கு உண்மையிலேயே மிகச் சிறந்த பலன் தரும் மருந்து உடற்பயிற்சி தான். தேவையின்றி மாத்திரைகள் வேண்டாமே. ஸ்கிப்பிங், ஜாகிங், யோகா போன்ற வயதுக்கேற்ற உடற்பயிற்சியை பத்து நிமிடம் தினமும் செய்ய இவை மறைந்து விடும். இக்காலங்களில் வெதுவெதுப்பான நீரில் குளித்தல் பயன் அளிக்கும்.

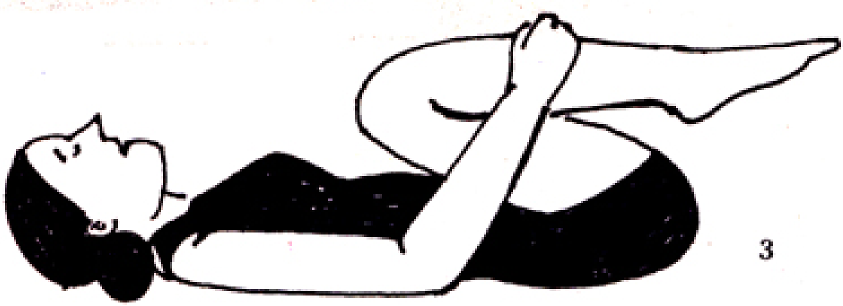
அடுத்த குறைபாடு அடிக்கடி இரத்தப் போக்கு, அதிக இரத்த போக்கு, மிகக் குறைவான இரத்தப் போக்கு போன்றவை. இது போன்ற காலங்களில் மணமான பெண்களுக்குக் கர்ப்பம் ஏற்பட்டுள்ளதா கருச்சிதைவு ஏற்பட்டுள்ளதா என்பதில் கவனம் தேவை பொதுவில் பெண்கள் முப்பத்தைந்து வயதை நெருங்கும் பொழுது இப்படி முறையற்ற உதிரப் போக்கு ஏற்பட வாய்ப்புக்கள் உண்டு. சிறிது கவனித்தால் இவற்றைத் தவிர்த்து விடலாம்.

கருப்பையில் புண், கிருமி, டி. பி. தொற்று நோய் புற்று நோய் இவைகள் ஏற்பட்டாலும் அரிப்பு, வெள்ளைப் படுதல், துர்நாற்றம், அதிக உதிரப் போக்கு ஏற்படுமாதலின் மருத்துவரை அணுகி ஆலோசனை பெறலாம். பால் நோய்கள் தானே மறைவதில்லை. ஆகவே சங்கடப் பட்டு மருத்துவரிடம் செல்லாதிருப்பது ஆபத்து. மேலும் இக்காலங்களில் உடலுறவு, குழந்தை பெறுதல் கூடாது. உடலுறுப்பில் கொப்பளம் புண் போன்றவை சந்தேகத்திற்குரியது- எந்த ஒரு மருத்துவரும் உங்களுக்கு உதவுவதற்குத் தான் இருக்கின்றார்.

இதே போன்று மார்பகங்களில் தொட்டுப் பார்த்தால் கட்டி போல் இருத்தல், வலியற்ற கட்டி, திப்பிளில் இரத்தம் வடிதல், கிருமி நோய், பால் புகட்டும் தாய்மார்களுக்கு ஏற்படும் புண் ஆகியவற்றிற்கு மருத்துவ ஆலோசனை மிக அவசியம்.

ஊட்டச்சத்து நிபுணராக...

வைட்டமின் 'ஏ' சத்தும் 'சி' சத்தும் மார்பக நோய்களைத் தவிர்க்கின்றன.



3


A PERFECT PROTECTION
FROM VOLTAGE FLUCTUATIONS
FOR TV, VCR & STEREO.
fuji 300
Fully Automatic Electronic
Voltage Stabilizers.

ஏது இயற்கையான உணர்வினை அளிக்கிறதோ அதை நான் விரும்புகிறேன்.



சருமத்தைத் தவழும் தூய பட்டின் உணர்வு. கூந்தலைப் பறந்திடச் செய்யும் மிருதுவான தென்றல் காற்றின் உணர்வு. பறித்த மலரை என் கன்னத்தில் இழைக்கும் உணர்வு. இவையெல்லாவற்றையும் நான் விரும்புவது ஏனென்றால் இவை இயற்கையான உணர்வினை எனக்கு அளிக்கிறது.

அதனால் தான் நான் ஸ்டேஃப்ரீ பெல்ட் இல்லாத நாப்கின்களை விரும்புகிறேன்.

இதோ பாருங்கள் — ப்ளாஸ்டிக் மேலுறைகளைக் கொண்ட நாப்கின்களைப்போல் அல்லாமல் ஸ்டேஃப்ரீயில் இயற்கையான செல்லுலோஸிக் இழைகளினால் தயாரிக்கப்பட்ட இந்த ஒப்பற்ற ட்ரைஃபீல் உறை உள்ளது. மேலும், ட்ரைஃபீல் அளிக்கும் இயற்கையான உணர்வு எரிச்சல் அல்லது உராய்வு இல்லாமல் இருப்பதை உறுதிப் படுத்துகிறது.

இதனால் சுத்தமான, உலர்வான பாதுகாப்பினை நான் பெறுகிறேன். அது இதமாக இருப்பதோடல்லாமல் பத்திரமானதாகவும் விளங்குகிறது — இந்திய தட்பவெப்ப நிலைகளுக்கு ஏற்ற கச்சிதமான பாதுகாப்பு.

ஆகையால், யாருக்கு வேண்டும் செயற்கை ப்ளாஸ்டிக் உணர்வைத் தரும் ப்ளாஸ்டிக் மேலுறைகளைக் கொண்ட நாப்கின்கள்? நான் எப்பொழுதும் இந்த இயற்கையான உணர்வினைப் பெற விரும்புகிறேன்.



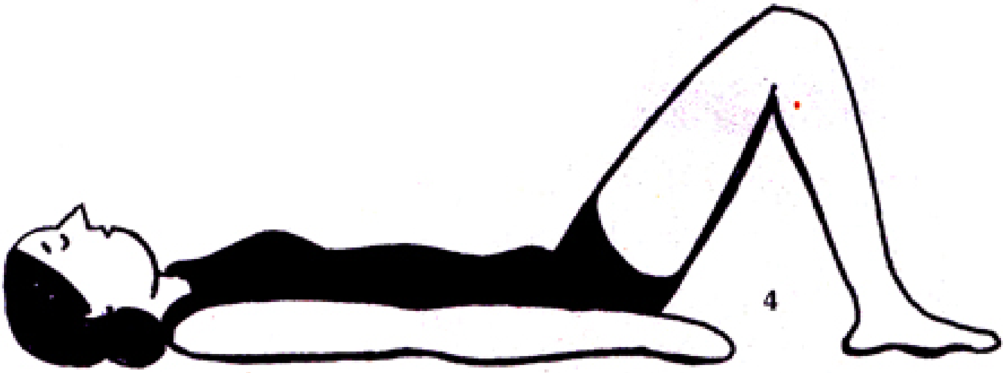
OWM/7064 TAM

ஸ்டேஃப்ரீ ட்ரைஃபீல் உறையுடன்.

இயற்கையான உணர்வினை அளிக்கும் சுத்தமான, உலர்வான பாதுகாப்பு

ஜான்ஸன் அண்ட் ஜான்ஸன்

ஸ்டேஃப்ரீ மற்றும் ட்ரைஃபீல் ஜான்ஸன் & ஜான்ஸன் யு.எஸ்.ஏ. ட்ரேட் மார்க்குகள் ஆகும்.



வைட்டமின் பி 6 கருத்தரிக்க, மற்றும் மாத விலக்கிற்கு முன் தோன்றும்கை,கால்குடைச்சல், இடுப்பு வலி, தலைவலி போன்றவற்றை நீக்கும் தன்மை பெற்றது. பேரீச்சம் பழமும் கொய்யாப்பழமும், மாதுளம் பழமும் கருப்பைக் கோளாறுகளை நீக்க உதவுகின்றது. உளுந்தினால் தயாரிக்கப்படும் பொருட்கள் இடுப்புக்கு வலுவூட்டும். செம்பருத்திப்பூ மிக நல்ல டானிக் என இயற்கை வைத்தியம் கூறுகின்றது.

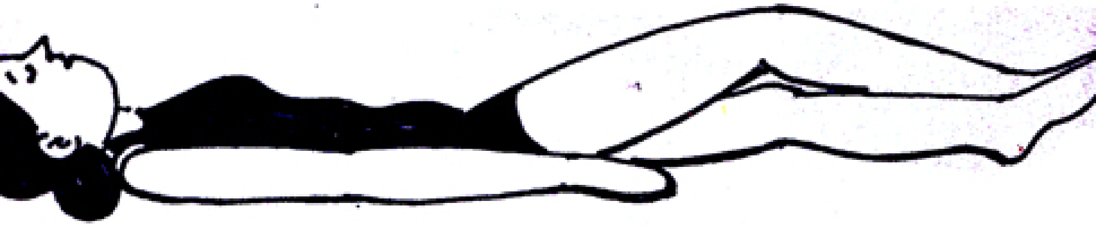
'மெனோபாஸ்' என்று கூறப்படும் மாதவிலக்கு நிற்கும் காலத்தில் அநேக பெண்கள் மனச்சோர்வு, படபடப்பு, கோபம், நிலையற்றுப் பேசுதல் போன்றவற்றிற்கு ஆளாகின்றனர். இவைகளிலிருந்து தப்ப வைட்டமின் 'ஈ' சத்து, கால்ஷியம் போன்றவை தேவைப்படுவதால் பச்சை வாழைப்பழம், பால் இவற்றை உட்கொள்ள வேண்டும். கொழுப்புச் சத்துப் பொருட்களை நீக்கி உடல் பருமனைக் குறைக்க வேண்டும். சிலருக்கு மாதவிலக்கு நிற்பது மனத்தில் தனக்கு வயதாகி விட்டது என்ற பயத்தை ஏற்படுத்துகின்றது. இத்தகைய மன நிலைப் பாதிப்புகள் நகரப் பெண்களிடையே அதிகம் உண்டு. நாகரிகம் என்ற பெயரில் வயது கூடுவதை நினைத்துச் சங்கடப்படுகின்றனர். நோய் நொடியின்றி ஆரோக்கியத்துடன் இருப்பதே இளமை என்பதைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். சிலருக்கு ஹார்மோன் வேறுபாடுகளால் முகத்தில் முடி தோன்றக் கூடும். தவறான முறைகளில் முடியை நீக்கினால் அதிகரிக்கும். 'ஹார்மோன்' குறைபாட்டை நீக்க மருத்துவ ஆலோசனை பெற வேண்டும். பொதுவில் பால், பாலாடை, முட்டைகரு, காரட், கீரை வகைகள் சாலச் சிறந்தது. வைட்டமின் 'சி'க்கு வயிற்றுப் புற்றுநோய் எதிர்ப்புச் சக்தி அதிகம். ஆகவேதான் உணவிற்குப் பிறகு பழம் அருந்துவதை வழக்கமாகக் கொண்டுள்ளோர்.

அதிக மாமிச உணவு, எடை கூடியிருத்தல், நார்ச்சத்தற்ற உணவு இவையே அபாய நோய்க்கு ஆளாக்குகின்றது. ஜப்பானியப் பெண்மணிகளைக் காட்டிலும் 3.5 அளவு கொழுப்புப் பொருட்களை அதிகம் உட்கொள்ளும் அமெரிக்கப் பெண் மணிக்கு நான்கு மடங்கு அதிகமாக மார்பகப் புற்று நோய் வருகின்றது என ஆராய்ச்சிக் கழகம் வெளியிடுகின்றது. மேலும் சைவ உணவு, கடல் உணவு உட்கொள்ளும் பெண்களுக்குப் புற்றுநோய்ப் பாதிப்பு அதிகம் இருப்பதில்லை என (நியூ இங்க்லாண்ட் ஜர்னல் ஆஃப் மெடிசின், டிசம்பர் 16, 1982 இதழில் கூறப்பட்டுள்ளது. பத்து வருட காலம் 1,00,000 ஜப்பானிய மக்களை ஆராய்ச்சிசெய்ததில் பச்சை, மஞ்சள் காய்கறிகளை உண்பவர்களுக்குப் புற்றுநோய்ப் பாதிப்பு வெகுவாகக் குறைந்துள்ளதுஎன ஐ.சி.ஆர்.டி.பி.கேன்சர்கிராம் கூறுகின்றது. பூண்டுக்கும் புற்றுநோய் எதிர்ப்புச் சக்தி உண்டு என இயற்கை வைத்தியத்தில் கூறப்படுகின்றது.

மாதவிலக்கின் போது உண்டாகும் வலியை நீக்க எளிய உடற்பயிற்சியைப் படத்தில் காண்பித்துள்ளது போல் தினம் 5 அல்லது 6 முறை செய்ய நல்ல பலன் கிட்டும். இப்பயிற்சியின் போது வயிறு காலியாக இருக்க வேண்டும். கர்ப்பக் காலங்களில், இந்தப் பயிற்சி கூடாது.

அழகுக் கலை நிபுணராக...

சற்றே நிமிர்ந்த நன்னடை நம் தோற்றத்தின் பாதி குறைபாடுகளை நீக்கி விடுவதுடன் உடல் ஆரோக்கியத்துடன் இருக்கும். தரையோ, நாற்காலியோ நிமிர்ந்து அமருங்கள். இதனால் முதுகில் தோன்றும் சதை மடிப்பு நீங்குவதுடன் முதுகு வலியே இராது. முறையான பாடி அணியாததன் காரணமே மார்பகங்கள் வலுவிழக்கின்றன. உடல் சுற்றளவு வேறு, மார்பக



* இடுப்பு சிறுத்து இருக்க...

அளவு வேறு. ஆதலால் மார்பக அளவை ஏ, பி, ஸி எனப் பிரித்துள்ளனர். இதன்படித்தான் பாடி அணிய வேண்டும். அதிக லூஸான, இறுக்கமான உள்ளாடை தீமை பயக்கும். உள்ளாடைகளுக்கு பருத்தித் துணியே சிறந்தது. சட்டையை அதிக இறுக்கத்துடன் அணிவது பார்ப்பதற்கு நன்றாய் இராது. குழந்தைகளுக்குப் பால் கொடுப்பதால் மார்பகம் அழகிழக்கும் என்ற கருத்து தவறு.

மார்பகம் சிறியதாக உள்ளது என நினைப்பவர் அடிக்கடி உணவில் வெண்ணெய், பாதாம் சேர்க்கலாம். வைட்டமின் 'ஈ' ஆயில், பாதாம் எண்ணெய் கொண்டு மார்பகங்களை மேல் நோக்கி மசாஜ் செய்தல் வேண்டும்.

சற்றே அதிக அளவு மார்பகம் கொண்டவர் உணவில் கொழுப்புச் சத்தைக் குறைத்து ஒரு சில உடற்பயிற்சிகளைச் செய்தல் தேவை. அவற்றிற்கு நேர்முக விளக்கம் தேவை. கைகளை இருபுறம் பக்கவாட்டில் நீக்கி காற்றில் நம்பர் 8 எழுதி. 25 முறை செய்ய தொய்வுற்ற மார்பகம் கெட்டிப்படும். இது எளிய பயிற்சி. மாதுளம் பழச்சாறும் மார்பகத்திற்கு வலுவூட்டும். மார்பகம் மீதுள்ள அதிக முடிகளை நீக்க பச்சைப் பயிறு, வேப்பிலை, மஞ்சள் கலந்து பசை போலாக்கி தடவி 20 நிமிடம் ஊறிக் குளிக்கவும். ஆனால் இதை கர்ப்ப காலத்திலும், குழந்தைக்குப் பால் கொடுக்கும் காலத்திலும் செய்யக் கூடாது. பிளவுபட்ட 'நிப்பிள்' மீது வெது வெதுப்பான ஆலிவ் எண்ணெய் தடவவும்.

இடுப்பு சிறுத்து இராவிடின் தோற்றம் எடுப்பாக இராது. முதுகில் சட்டையின் கீழ் தெரியும் 'டயர்' எனப்படும் சதை மடிப்பு அழகன்று. இவர்கள் நிமிர்ந்து தரையில் படுத்து கைகளை சற்றே பரத்தினாற் போல் வைத்துக் கொள்ளவும். வலது காலை சற்றே தூக்கி இடது காலை தாண்டி கத்திரி போல் கொண்டு செல்லவும். பிறகு பழைய நிலைக்குக் கொண்டு வரவும். அதே போல் இடது காலை எடுத்து வலது காலை தாண்டி முடியும் வரை காலை நீட்டவும். பின் பழைய நிலைக்குத் திரும்பவும். இதைச் செய்யும் பொழுது கைகள், முதுகு அசையவோ உயரவோ கூடாது. தினம் 15 முறை இப்படிச் செய்ய இடுப்பு சிறுக்கும். 'வன்மையுள் வன்மை மடவார்ப் பொறை' என்பது முன்னோர் வாக்கு. எனவே, பொறுமையுடன் வாழ்க்கையின் சுகதுக்கங்களைத் தாங்கும் மனம் பக்குவம் கொண்டவள் பெண். எனவே அவள் உள்ள நலமும் உடல் நலமும் பெற்று விளங்கினால்தான் தான் வீடும் நாடும் உயரும் சூழ்நிலை ஏற்படும்.

— டாக்டர் கமலி.



கல்யாணம், கிரஹப் பிரவேசம் போன்ற விசேஷங்களுக்குப் பரிசுகள் வழங்கும்போது பணமாக வழங்குவதற்குப் பதில், ஆன்மீகக் கேசட்டுகளைப் பரிசாக வழங்கலாம். உதாரணமாக ஸ்கந்த சஷ்டி கவசம், சுப்ரபாதம் போன்ற ஆடியோ கேசட்டுகளை வழங்கினால் பயனுள்ளதாக இருக்கும். அவர்களும் மகிழ்ச்சியடைவார்கள்.

— சரஸ்வதி நாராயணன்.



தோழமை வேணும்!

'ஒரு பெண்ணை உனக்கு என்ன வேண்டும் என்று கேட்டால் புடைவை கேட்பாள், நகை கேட்பாள்... வேறு என்ன கேட்டு விடுவாள்...'

என்று கேலியாகப் பேசும் சிலருக்குச் சரியான பதிலாக இருந்தது சென்ற மாதம் நான் கலந்து கொண்ட இரண்டு கூட்டங்கள்.

கடலூர், சேலம் இரண்டு ஊர்களிலும் சி. எஸ். ஜி. (கம்யூனிடி சர்வீஸ் கில்ட்) எனப்படும் சமூக சேவை அமைப்பு அந்த நகரங்களில் வாழும் எளிய பெண்களைக் கூட்டத்திற்கு அழைத்திருந்தது. காய்கறி, பழம், பூ, கருவாடு என விற்று அன்றாடம் சம்பாதித்து வாழ்க்கை நடத்தும் உழைக்கும் பெண்கள் இவர்கள்.

இதுவரை சி. எஸ். ஜே. வழிகாட்ட பாங்குகளில் கடன் வாங்கித் தொழில் நடத்திய இவர்கள் இப்போது தங்களுக்கென கோ — ஆபரேடிவ் சொஸைட்டியையே அமைத்துக்கொண்டு இருக்கிறார்கள். இவர்களின் அனுபவங்களைச் சொல்லுமாறு மேடையேற்றிய போது, அடேங்கப்பா, பொரிந்து தள்ளி விட்டார்கள்!

"இப்போதெல்லாம் பாலையும் பாக்கெட்களில்தான் விற்கிறார்கள். மலிவு விலை மதுவையும் பாக்கெட்டுகளில்தான் விற்கிறார்கள். எங்கள் கணவன்மார்கள் மதுப் பாக்கெட்டை வாங்குகிறார்கள், நாங்கள் பால் பாக்கெட் வாங்குகிறோம்" என்றார் உத்தரப்ப நகரில் இருந்து வந்திருந்த சந்திரா.

"நாங்கள் இப்போது ஓரளவு படிப்பையும் கற்றுக்கொண்டு தொழிலிலும் ஏமாறாமல் இருக்கிறோம். எங்களைப் பார்க்க வந்த டாக்டர், நாங்கள் இருந்த பகுதி சுகாதாரமாக இல்லையென்று சொல்லி உள்ளேயே வரவில்லை. வெளியே இருந்து கொண்டே வைத்தியம் செய்து விட்டுப் போய் விட்







டார். எங்களைக் காப்பாற்ற வேண்டிய வர்களே இப்படிப் புறக்கணிக்கலாமா?'' என்றார் இன்னொருவர்.

இப்படிச் சமுதாயத்தைப் பற்றி மேடையேறி முழங்கினார்கள் அந்த எளிய பெண்கள். பெண்களுக்கு சமூகப் பிரக்ஞை இல்லையென்று யார் சொன்னது?

பொதுக் கழிப்பிடத்தின் அவசியம் பற்றியும், தண்ணீர்ப் பிரச்னை, சுகாதாரக்கேடு பற்றியும், பள்ளிக்கூடங்கள் பற்றியும் அலசி எடுத்து விட்டார்கள் இவர்கள்.

அந்தப் பெண்களைப் பார்த்த போது ரொம்ப சந்தோஷமாக இருந்தது. மிகச் சரியான விழிப்புணர்ச்சி பொருளாதாரத்தில் கீழ்நிலையிலுள்ள பெண்களிடமிருந்து தொடங்கியுள்ளதைப் பார்க்க [illegible] பூரிப்பாக இருந்தது.

பெண்களின் விடுதலை ஆணின் ஆதிக்கத்தில் இருந்து மட்டுமல்ல, தன்னுடைய அறியாமையில் இருந்து, மூடப்பழக்கங்களில் இருந்து பெற வேண்டியது என்பதை அழகாகப் புரிந்து கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

''முன்னாடியெல்லாம் என்னை யாரும் ஒரு மனுஷியாகக் கூட மதிக்க மாட்டாங்க. இப்போ என் புருஷனே என்னை, 'மதியம் சாப்பிட்டியா?' என்று கேட்கிறார்!'' என்றாள் நிமிர்ந்த பார்வையோடு ஒரு பெண்!

ஆணுக்கும், பெண்ணுக்கும் தோழமை தான் முக்கியம்.

இதையெல்லாம் இவர்களுக்குக் கல்வியறிவு, தொழில் அறிவு, பொருளாதா



உதவி மூலம் சாதித்திருக்கிறார் சி. எஸ். ஜேயின் டைரக்டர் வெங்கடாசலம்.

குமாரபாளையம், சேலம் இரண்டிலும் என்னோடு விழாக்களில் கலந்து கொண்ட அனுராதா ரமணனும் வேறு வகையில் இதைத்தான் சொன்னார்!

''பெண்ணுக்குப் பெண்தான் எதிரியாக இருக்கிறாள். ஒரு பெண்ணைப் பற்றி 'ஆ... அவளைப் பத்தித் தெரியாதா' என்று 'சட்' டென்று பழி சொல்கிறோம். நாமே நம் இனத்தைத் தரம் தாழ்த்துகிறோம். ஒருவரை நாம் சுட்டிக்காட்டும் முன் நம்மை நாம் நினைத்துப் பார்க்க வேண்டும். இங்கே தோழமை வேண்டும். நம்மைப் போலத் தான் அவளும் கனவுகளும், உணர்வுகளும் நிறைந்தவள் என்பதை உணர வேண்டும். ஒரு பெண்ணின் கண்ணீருக்கு இன்னொரு பெண் காரணமாகக் கூடாது...'' என்றார்.

ஆணுக்கும், பெண்ணுக்கும் இங்கே தோழமை இல்லாமல் போன அவலத்தைப் படித்த பேராசிரியர்களிடம் கூடப் பார்த்த போது மனம் நொந்து போனது.

பல்வேறு கல்லூரிகளில் இருந்து வந்திருந்த உதவிப் பேராசிரியர்கள், விரிவுரையாளர்கள் கலந்து கொண்ட கூட்டம் இது.

கிராமங்களிலும், நகரங்களிலும் இன்றைக்கு இருக்கும் பெண்கள் எப்படியெல்லாம் வாழுகிறார்கள், தான் பெற்ற பெண் குழந்தையைத் தானே கொல்ல வேண்டிய அவலநிலை, அதே சமயம் பெண்களிடையே ஏற்பட்டிருக்கும் விழிப்புணர்ச்சி, பெண்களுக்கே கடன் தர நினைக்கும் நிறுவனங்கள். இப்படிப் பேசினேன். ஸ்டெல்லா மேரீஸ் சமுதாய இயல்துறையைச் சேர்ந்த திருமதி. ஹில்டா ராஜா

''ஐந்து மைல் நடந்து தண்ணீர் தூக்கி வரும் பெண் கடைசியில் தனக்கென்று ஒரு டம்ளர் தண்ணீர் குடிப்பதில்லை.'' வேலைக்குத் தகுந்த சத்துணவோ, கூலியோ அவளுக்குக் கிடைப்பதில்லை என்பதைத் தகுந்த புள்ளி விவரங்களோடு பேசினார்.

தலைமை தாங்கிய சுப்ரமணியன் (டெபுடி டைரக்டர், கல்வித்துறை) மஞ்சுளா ரமேஷின் உரை சமுதாயத்தைப் பரந்த நோக்கிலும், ஹில்டா ராஜாவின் உரை புள்ளி விவரங்களிலும் காட்டுகிறது. இனி நாம் கலந்துரையாடல் மூலம் பேசுவோம் என்ற போது அவர்கள் கேட்டவற்றில் சில—

''பெண்கள்தான் தண்ணீர் எடுக்கிறார்களா? நாங்கள் எடுக்கவில்லையா?''

''பெண்கள் உரிமை பற்றிப் பேசுகிறார்கள். அவர்களுக்கு நிறைய கொடுத்து விட்டோம். அவர்கள் அதைத் தவறாகப் பயன்படுத்துகிறார்கள்.''

''பெண் குழந்தைகளைக் கொல்வது பெண்கள்தான்.''

''ஆணைப் போலவே பெண்ணும் 'டீஸ்' செய்கிறாள், ஆபாசமாகப் பேசுகிறாள்!''

இவை அவர்கள் உதிர்த்த முத்துக்கள்!

இன்றைய இந்திய சமுதாயத்தில் வாழும் பெரும்பான்மையான பெண்களின் அவலநிலையை நாங்கள் சுட்டிக்காட்டி, இதைக் கொண்டு பேராசிரியர்கள் அவர்களின் மாணவர்களுக்கு விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தச் செய்ய நினைத்தோம். அவர்களோ நகரங்களில் நடக்கும் சில கல்லூரி வேடிக்கைகளைக் காட்டி பட்டி மன்றம் நடத்த முயன்றார்கள்.

இங்கே ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் தோழமையே இல்லை. பெண்ணைப் பார்த்தால் ஆணுக்குக் கேலி அல்லது இளக்காரம். பெண்ணுக்கோ ஆணைப் பார்த்தால் பயம் அல்லது எரிச்சல். இவர்கள் ஒருவருக்கொருவர் நண்பர்களாவது எப்போது?

— **மஞ்சுளா ரமேஷ்.**

படங்கள்: **விடிவெள்ளி ஆறுமுகம்.**

இம்மாத இல்லத்தரசி போட்டி

பொருள்: பருப்பு

கடைசி தேதி: 15-1-91

சமையல் கூப்பன்

.... என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இத்துடன் அனுப்பியுள்ளேன். இச் சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும், எந்தப் புத்தகத்திலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்

சென்சார் போர்டு என்ன செய்கிறது?

வெள்ளிக்கிழமை இரவு 8 மணிக்கு டி.வி. முன் குடும்பத்தோடு ஆஜர். 'ஒலியும் ஒளியும்' பார்ப்பதற்காக, ஆயிற்று. விளம்பரங்கள் எல்லாம் கண்கொட்டாமல் கமெண்ட் அடித்துக் கொண்டே பார்த்த குழந்தைகள், முதலில் வரப் போகும் படம் புதுசா அல்லது பழசா இருக்குமா என்ற விவாதத்தில் இருந்த போது புதுப் படத்தின் பாடலே ஒளிபரப்பானது.

''யாருடைது புதுசா இருக்கே. ஒரு துண்டுத் துணிக்குக் கூட ரேஷனா என்ன?'' என்று என் மாமியார் கேட்க, அதற்கு எனது பெண், ''இல்லை பாட்டி. நம்ப நாட்டு 'வெதருக்கு' இதுதான் சரி. சொறி சிரங்கு ஒண்ணும் வராது'' என்று விட் அடித்தாள்.



• சௌமித்ரா

அதற்குள் என் பையன், ''கொஞ்சம் பேசாம இருக்கியா', தொண தொணன்னு'' என்று கூறி தன் மதிப்பிற்குரிய கதாநாயகன் என்ன மாயாஜால வித்தையெல்லாம் தனது நடனத்தில் காட்டுகின்றான் என்று அசந்து வாய் பிளந்தான். பாட்டின் இடையில் மென்னியைப் பிடிக்கிற மாதிரி ஹும் ஹாம் என்ற முக்கல் முனகல் வேறு. இந்தப் பக்கம் மாமியார், குழந்தைகள். அந்தப் பக்கம் ஊரிலிருந்து வந்திருந்த மாமா, எனது கணவர். சற்றே நெளிந்த நான் சமையற்கட்டில் ஏதோ அவசர ஜோலி இருப்பதைப் போன்று மெதுவாக நழுவினேன்.

என்னதான் இருபதாம் நூற்றாண்டு கம்ப்யூட்டர் யுகம் என்று உலகம் மாறியிருந்தாலும் பாரம்பரிய ரத்தம் உடம்பில் ஓடுகிறதல்லவா. ஒரு முழு படமும் குடும்பத்தோடு கண்டுகளிக்கிறார் போல கௌரவமாக எடுக்க முடியாதா? சமீப காலமாகத் திரைப் படங்கள் பார்க்கச் சகிக்கவில்லையே? இதைப் பற்றி திரைப்படத்தின் தணிக்கைக் குழுவினரில் ஒருவரும், பெரும்பாலும் தமிழ்ப் படங்களையே தணிக்கை செய்பவருமான திருமதி. சௌமித்ராவை அணுகினோம்.

இவர் மறைந்த திரு கிருஷ்ணன் பஞ்சு டைரக்டரின் மகளும், டைரக்டர் பீம்சிங் மருமகளும் கூட. திரைப்படத் துறையிலேயே ஊறியவர். இவர் என்ன சொல்கிறார்?

''இரண்டு சண்டைக் காட்சிகள், நான்கு பாட்டுகளுக்கிடையில் சிறிது கதை என்று கமர்ஷியலாய் வரும் பெரும்பான்மையான

படங்கள் தியேட்டரிலும், மற்றும் வீடியோ மூலமும் வீடு தேடி வரும் வேதாளங்களாய் பயமுறுத்துகின்றனவே. மேலும் 'சினிமா' என்ற இந்த மாஸ்மீடியாவை ஒரு குறிப்பிட்ட வயது வரம்புக்குட்பட்டவரோ ஒரு தர வகுப்பினரோ மட்டும் பார்ப்பதில்லை. திரைப்படங்களின் பாதிப்பு சமூகத்தின் எந்த ஒரு பகுதியையும் விட்டுவைப்பதில்லை. நிலைமை இவ்வாறிருக்க இந்த பவர்புல் மீடியாவை நல்ல முறையில் பயன்படுத்தினால் சமூகத்தின் ஆரோக்கியமான வளர்ச்சிக்கு அடிகோலுமே.''

''நீங்கள் கேட்கும் கேள்வி ரொம்ப நாளாகக் கேட்பதுதான். ஆனால் ஒவ்வொரு படமும் நீங்கள் கூறுவது போல ஜனரஞ்சகமாக இல்லாமல், நல்ல கதை ஒன்றையே கருத்தில் கொண்டு படம் எடுப்பதென்பது நடைமுறையில் சாத்தியமில்லை. ஆனால் படத்தயாரிப்பாளர் ஒவ்வொருவரும் ஒரு நல்ல கருத்தைத்தான் தனது திரைப்படத்தின் மூலம் மக்களுக்கு எடுத்துரைக்க விரும்புகிறார். படத்தினை எடுக்கின்ற விதத்தில்தான் ஒவ்வொருவரும் மாறுபடுகின்றனர். எந்தவித பொழுது போக்கு அம்சமுமில்லாமல் வெறும் கதைக்கருவைச் சுற்றியே படம் எடுத்தால் அது 'ஆர்ட்' படம் என்று முத்திரை குத்தப்பட்டு பட சம்பந்தப்பட்டவருக்குப் பரிசும் சிறிது பணமும் அரசாங்கத்தால் அளிக்கப்படலாம். படம் எடுப்பவர்கள் மிகக் குறுகியகாலத்தில் பணமும், புகழும் சம்பாதிக்க விரும்புகிறார்கள். வெறும் கலைப் படமாகவே எடுத்துக் கையைப் பிசைந்து கொண்டு தலையில் துண்டைப் போட்டுக் கொள்ள எவரும் விரும்ப மாட்டார்கள்.

''ஆனாலும் இரட்டை அர்த்த வசனங்களும், வன்முறைக் காட்சிகள் மேலும் பழிக்குப் பழி என்றும் அதிகமாகவே இத்தகைய காட்சிகள் படங்களில் காட்டுகிறார்களே? இத்தகைய மாற்றங்களா எதிர் பார்க்கப்பட்டன? இத்தகைய வளர்ச்சி தேவை தானா? நான் தொழில் நுணுக்க முன்னேற்றத்தைக் குறிக்கவில்லை.''

'நோ நீங்கள் நினைப்பது முற்றிலும் சரியில்லை. நூற்றுக்குப் பத்து சதவீதம் வேண்டுமானால் அவ்வாறு இருக்கலாம். வன்முறைக் காட்சிகள், முத்தக் காட்சிகள் போன்றவைகள் கதையின் கருக்கு மூலதாரமாகவும், விரசமில்லாமலும் இருந்தால் அதையும் ஒரு குறிப்பிட்ட நிமிடங்களுக்குத்தான் அனுமதிப்போம். தணிக்கை செய்கையில் எங்களது பார்வைக்கு விரசமில்லாமல் இருந்த சில காட்சிகள், வசனங்கள் திரையிடப்பட்டபின் பார்த்தால் ரசிகர்களிடையே வேறு அர்த்தமாகிப் போன சம்பவங்களும் உண்டு. இந்த முருங்கைக் காய் சமாசாரமும் அப்படித்தான். தணிக்கை செய்யும் போது ஒரு சாதாரண சம்பவமாய் நினைத்த அந்தக் காட்சி திரையிடப்பட்ட பிறகு பெருத்த விவாதத்துக்குள்ளானது.'



* ஒரு சண்டை...

'தணிக்கை செய்யும் போது உங்கள் குழுவினரால் குறிப்பிட்ட சினிமாவில் ஆபாசம் என்று வெட்டப்பட்ட காட்சிகள் பி.சி. சென்டர் என்று கூறப்படுகின்ற இடங்களில்

NAVAJEEVAN BLIND RELIEF CENTRE (Regd)

SRI KANCHI MUTH. PO - TIRUMALA
VIA. TIRUPATI. PIN : 517 504.



''ஜன கல்யாண்'' சமூகநல திட்டத்தின் கீழ் ஸ்ரீகாஞ்சி சங்கராச்சாரியார் ஸ்வாமிகள் திருப்பதி நவஜீவன் சேவாகேந்திரத்தின் புதிய இலவச ஹாஸ்டல் கட்டிடத்திற்காக அடிக்கல் நாட்டுவிழா பூஜையை தொடங்கி வைத்தார்.

ஒரு வேண்டுகோள்

வேண்டுவோருக்கு வேண்டியதை வழங்கும் ஸ்ரீ ஏழுமலையான் திருக்கோயில் கொண்டிருக்கும் இந்த திருப்பதி புண்ணிய க்ஷேத்திரத்தில் எந்த ஒரு தானம் செய்தாலும் அதற்கு பன்மடங்கு அதிகம் புண்ணிய பலன்கள் கிடைப்பதாக புராணங்கள் கூறுகின்றன. கடந்த பதினோரு வருடங்களாக திருப்பதி புண்ணிய க்ஷேத்திரத்திலிருந்து செயல்பட்டு வரும், நவஜீவன் சேவாகேந்திரத்தின் சமூகநல திட்டங்களுக்கு ஆஸ்திக அன்பர்கள் கருணையுடன் உதவ விரும்பினால், வருடம் ஒரு முறை ரூ. 100/- (நூறு ரூபாய்) காணிக்கையாக அனுப்பலாம். இந்த மாபெரும் உதவிக்காக ஆஸ்திக அன்பர்களுக்கு நவஜீவன் சேவாகேந்திரம் சில தொண்டுகளை வழங்குகிறது.

1. நீங்கள் குறிப்பிட்டு எழுதும் ஒரு நன்னாளில் - அதாவது உங்கள் குழந்தையின் பிறந்தநாள், உங்களது பிறந்தநாள், திருமணநாள் போன்ற ஒரு நன்னாளில் (அல்லது பெரியோர்களின் வருடாந்திர முக்கிய திதி போன்ற ஒரு தினத்தில்) உங்கள் நலனுக்காக ஸ்ரீ வெங்கடாசலபதிக்கு விசேஷ ப்ராத்தனை செய்விக்கிறோம்.

2. நீங்கள் குறிப்பிட்டு எழுதும் ஒரு நாளில் பார்வையற்ற குழந்தைகளுக்கு உங்கள் சார்பாக அன்னதானத்திற்கும் ஏற்பாடு செய்கிறோம்.

3. ஸ்ரீ வெங்கடாசலபதியின் விசேஷ ப்ரசாதம், போட்டோ மற்றும் சுப்ரபாத புஸ்தகத்துடன், ஸ்ரீ பத்மாவதி தாயார் ப்ரசாதமாக திருமாங்கல்ய சரடு ஒன்றும் ஆசீர்வாதமாக அனுப்பி வைக்கிறோம்.

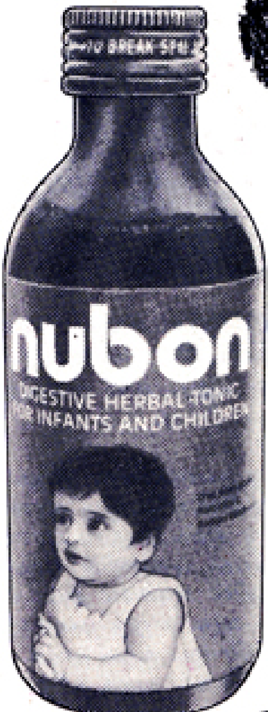
4. நீங்கள் முன் குறிப்பிட்டு திருப்பதி யாத்திரை வருகையில் தேவையான ஆலோசனை/உதவி வழங்குகிறோம்.

தயவு செய்து உங்களது டொனேஷனை The Secretary, Navajeevan Blind Relief Centre என்கிற பெயரில் Crossed Cheque/DD/MO மூலமாக மேற்குறிப்பிட்ட விலாசத்திற்கு அனுப்பும்படி பணிவுடன் வேண்டுகிறோம்.

''ஓம் நமோ வெங்கடேசாய.''

பல தலைமுறையினரின் நம்பிக்கையான குழந்தைகளின் வயிற்றுவலி நிவாரணி

ஓமம்



குழந்தைகளுக்கு வாயுவினால் ஏற்படும் வயிற்று வலியை போக்க சித்த, ஆயுர்வேத, யுனானி மருத்துவர்கள், மற்றும் அனுபவமிக்க தாய்மார்கள் ஓமத்தை பயன்படுத்தி நல்ல பலன் கண்டு வந்திருக்கிறார்கள்.

வீரிட்டழும் குழந்தையின் வாயு தொந்தரவு, வயிற்று வலி, வயிற்றுப்பொருமல், ஆகியவற்றை போக்கும் சிறந்த மருந்தான ஓமம், சரியான விகிதத்தில் **நியுபானில்** அடங்கியுள்ளது.

ஓமத்துடன், சதகுப்பை, ஏலக்காய், வசம்பு, கடுக்காய் போன்ற சிறந்த மற்ற மூலிகைகளும் **நியுபானில்** தேவையான அளவு சேர்க்கப்பட்டுள்ளன.

நியுபான் குழந்தைகள் விரும்பி சாப்பிடக்கூடியது. தொடர்ந்து கொடுக்கலாம். அஜீரணத்தைப் போக்கும். பின் விளைவுகள் ஏதுமில்லை. பாதுகாப்பானது.

ஓமம் மற்றும் சிறந்த மூலிகைகள் நிறைந்தது

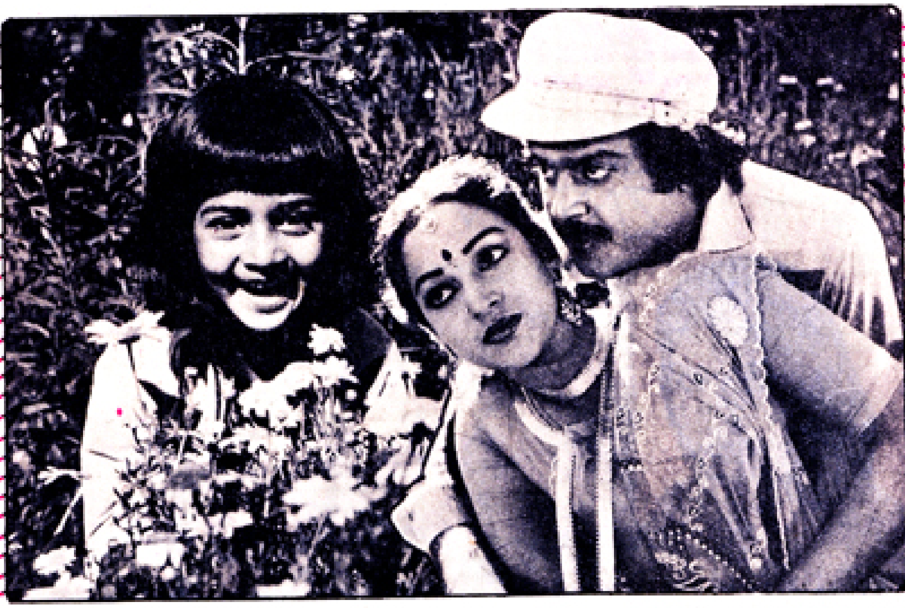
– நியுபான்

குழந்தைகளின் வயிற்றுவலி நிவாரணி

PHARM PRODUCTS

தஞ்சாவூர் — 613 007

EXELADS/PP 583A/90 (R)



அதே சினிமாவின் இடையில் காண்பிக்கப் படுகின்றன என்கின்ற புகார் அடிக்கடி வருகின்றதே.'

''உண்மைதான், எனது குழுவில் பணியாற்றும் ஒருவருக்கு அத்தகைய அநுபவம் திருவனந்தபுரத்தில் நேர்ந்ததாம். தங்கள் குழுவினரால் நிராகரிக்கப்பட்ட வெட்டப்பட்ட காட்சிகள் மீண்டும் திரையில் பார்த்த அவர் அந்த அதிர்ச்சியில் அருகில் உள்ள போலீஸ் நிலையத்திற்குச் சென்று தக்க நடவடிக்கை எடுக்க முடியாத அருவருப்பை அடைந்ததாக அவர் கூறினார்.''

''உங்கள் தணிக்கை குழுவினரால் நிராகரிக்கப்பட்ட காட்சிகள், வசனங்கள் சிபாரிசின் பேரில் மீண்டும் அநுமதிக்கப்பட வாய்ப்பு உண்டா?''

''நிச்சயமாக இல்லை. முதலில் ஐ.ஏ.எஸ். ஆபீஸர் தலைமை பெற்ற ஐவர் அடங்கிய குழுவிற்குத் திரைபடத்தைப் போட்டுக் காண்பிப்பார்கள். எந்தத் திரைப்படம் இன்று எங்களது தணிக்கைக்கு வரப் போகிறது என்று தியேட்டருக்குப் போய் சீட்டில் உட்காருகிறவரையில் எங்களுக்குத் தெரியாமல் ரகசியமாக வைக்கப்படும். படத்தின் கதையிலோ, அதன் பொழுது போக்கு அம்சங்களிலோ எங்களை இழுக்காமல் அதன் தரம் ஒன்றிலேயே நாங்கள் குறியாக இருப்போம். ஒவ்வொரு ரீலும் தனித் தனியாக குறிப்பிடப்பட்டு திரையில் ஓடும். இதன் இடையில் எங்களுக்கு அபிப்பிராய பேதம் ஏதாவது இருந்தால் அதனை அந்த ரீல் எண் எதிரே குறித்துக் கொள்வோம். இடையில் பேச அநுமதி கிடையாது.

எங்களது தணிக்கையில் படத் தயாரிப்பாளர் அதிருப்தி அடைந்தால் அடுத்து 'ரிவைசிங் கமிட்டி' என்று கூறுகின்ற பத்து பேர் அடங்கிய குழு மீண்டும் அந்தப் படத்தினைப் பார்த்து குறிப்பிட்ட காட்சிகள் அநுமதிக்கப்படலாமா? அல்லது வேண்டாமா என்று முடிவு செய்யும். இதிலும் தகராறு ஏற்பட்டால் பாம்பேயில் உள்ள தலைமைச் செயலகத்துக்குத்தான் அப்படப்பிரதியினை அனுப்ப நேரிடும். எடுத்த படத்தினை விரைவில் வெளியிட்டு பயனடைய விரும்பும் தயாரிப்பாளர்கள் பொதுவாக இத்தாமதத்தை விரும்பமாட்டார்கள்.

மேலும் நாங்கள் தணிக்கை செய்த காட்சிகள் மீண்டும் படத்தின் இடையில் திரையிட்டு பணம் பெறும் இழிவான செயலை எந்த பெரிய பேனர் நிறுவனங்களும் நிச்சயமாக செய்யாது. ஏனெனில் இது அவர்களின் கௌரவப் பிரச்னையுமாகும். அப்படியும் பணம் சம்பாதிக்க எத்தகைய கீழ்த்தரச் செயலையும் மேற்கொள்ளத் தயங்காத சில மனிதர்கள் நெகட்டிவ்வின் நடுவில் மறுக்கப்பட்ட காட்சிகளை தந்திரமாகச் சேர்த்துக் காண்பித்து விடுகிறார்கள். இது கடுமையாகத் தண்டிக்கப்பட வேண்டிய ஒன்று.'

''என்னதான் நீங்கள் தணிக்கை செய்தாலும் சில காதல் காட்சிகள் கதைக்குச் சம்பந்தமில்லாத சின்ன வீடு போன்ற சமாசாரங்கள் நகைச்சுவை என்ற பெயரில்

இரட்டை அர்த்த வசனங்கள் போன்றவை வளர்கின்ற. இளம் உள்ளங்களின் கவனத்தைத் தவறான திசையில் திருப்பாதா? சமீபத்திய ஒரு திரைப்படத்தில் வரும் 'நாமா ஓடிப் போயிடலாமா' போன்ற வசனம் இளம் வாலிப உள்ளங்களைப் பாதித் திருப்பது கண்கூடு. பின்னால் வாழுகின்ற ஒரு வாழ்க்கைக்கு அஸ்திவாரமே இத்தகைய வயதில் மேற்கொள்ளும் 'ஒரு படிப்புத் தானே.''

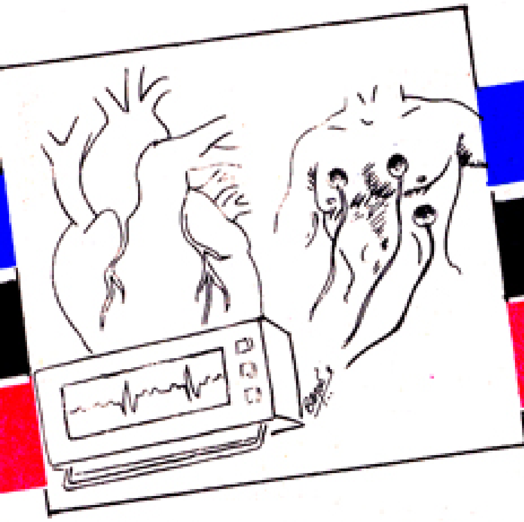
''இதை நான் மறுக்கிறேன். என்னைப் பொறுத்தவரையில் சிறு குழந்தைகளாய் இருக்கும் போது நாம் எவ்வாறு அவர்களை நடத்தி. இப்போதைய நடைமுறை வாழ்க்கைக்குத் தயார்ப்படுத்துகிறோமோ அது தான் அவர்களின் பிற்கால நிலைமைக்கு அஸ்திவாரம் ஆகிறது. எனது தந்தையும் சரி பிற்காலத்தில் நான் வாழ்க்கைப்பட்ட இடத்தில் எனது மாமனாரும் சரி பிரபல திரைப்பட டைரக்டர்கள், அதனால் நான் எந்தச் சினிமாவிற்குச் சென்றாலும் சரி எனது மகளுடன் தான் நான் செல்வேன். அவள் சிலவற்றைத் தவறான நோக்கில் புரிந்து கொண்டிருந்தால் அப்போது மேலோட்டமாக மறுத்துவிட்டு சமயம் வரும் போது அவள் மனத்தில் நன்கு பதிகிறாற் போல அவ்னது தவறான நோக்கினை எடுத்துரைப்பேன். இன்றளவும் எத்தகைய பெரிய பிரச்னையையும் நான் எதிர் கொள்ளவில்லை. படத்தைப் பார்த்தால் மட்டும் ஒருவன் நல்லவனாகவோ அல்லது கெட்டவனாகவோ மாறுகிறான் என்று கணிப்பது அவ்வளவு சரியல்ல. அதனை நாம் எடுத்துக் கொள்ளும் முறையிலும் இருக்கிறது. ஓடிப் போய் கல்யாணம் செய்து கொண்டவர்கள் கூட தமது குழந்தைகள் அதே மாதிரி ஓடிப் போய் வாழ்க்கை அமைத்துக் கொள்ள பெரும் பாலும் விரும்பமாட்டார்கள். அதனால் நாம் அவர்களுக்கு எடுத்துச் சொல்லும் முறையிலும் அவர்களை நடத்துகின்ற முறையிலும் தான் அவர்களின் பண்பு அமைகிறது.

இன்னொன்றையும் இங்கு நான் கூற விரும்புகின்றேன். விவசாயத்தை முக்கிய தொழிலாக கொண்ட இந்தியாவில் பெரும் பாலோர் படிப்பறிவு அற்றவர்கள். ஒரு படம் தரம் குறைந்து காணப்பட்டால் ஏன்யா இவ்வளவு மோசமாக படம் எடுத்திருக்கிறான், என்று கூறுவார்கள். ஏனெனில் சென்ஸார் போர்ட் போன்றவை இருப்பதை அவர்கள் இன்னும் அவ்வளவாக அறியவில்லை. இக்கோணத்தில் பார்க்கும் போது படம் தயாரிப்பவர்களின் மதிப்பையும் மக்களிடத்தில் நாங்கள் பாதுகாக்கிறோம். இதனை படமுதலாளிகள் நன்கு புரிந்து கொண்டு நல்ல தர முள்ள கருத் தாழ்வும் கொண்ட படங்களை விரசமில்லாமல் எடுத்தால் மகிழ்ச்சியுருப் மனிதர்கள் முதலில் நாங்களாகத்தான இருப்போம்.

பேட்டி: கீதா ஜி..



• ஓர் ஆட்டம்!



‘ஹார்ட்’ அட்டாக் வந்தா?

‘ஹார்ட் அட்டாக்’ என்று சொல்லப்படும் இதய நோய் வந்து அந்த நோய் குணமாகி உடல் நிலையில் நல்ல மாற்றங்கள் ஏற்பட்டாலும் அந்த நோய் வந்ததினால் மன நிலையில் ஏற்பட்ட அதிர்ச்சிகளில் இருந்து பலரும் பல காலம் ஆனாலும் மீள்வதில்லை.

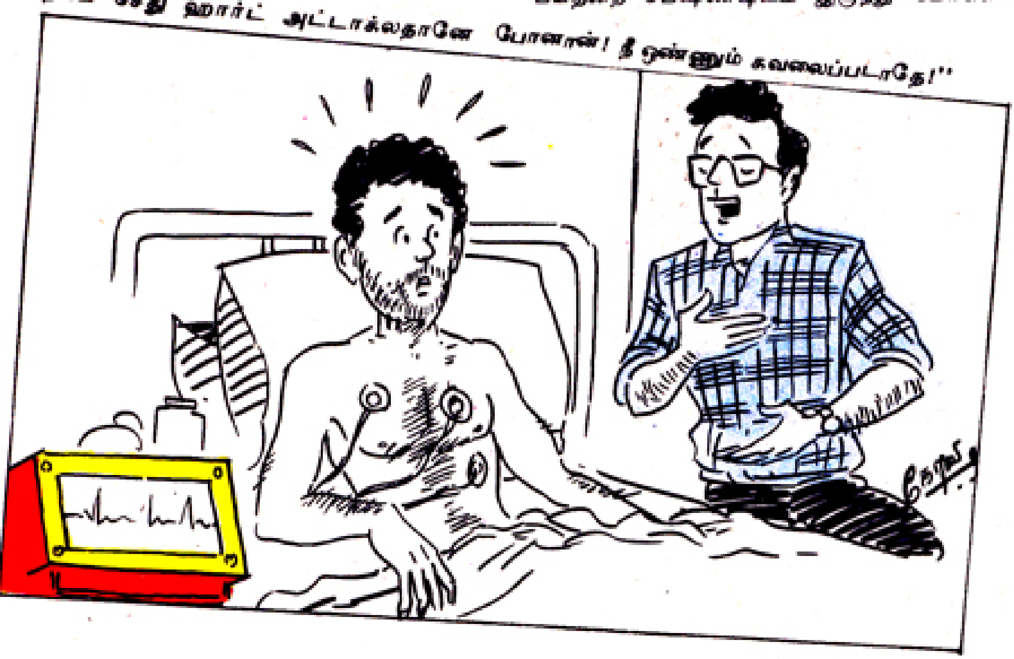
“இனி நான் ஒன்றுக்கும் உபயோகமில்லாதவனாக ஆகி விடுவேனோ — ஒரு காரியமும் என்னால் செய்ய முடியாதா? — ஒவ்வொரு காரியத்திற்கும் மற்றவர்களைச் சார்ந்துதான் நான் இருக்க வேண்டுமா? — ஐயோ அது எனக்குப் பிடிக்காதே. என்னுடைய காரியங்களை நானே செய்து கொண்டு தானே பழக்கம். இந்த நிலை எனக்கு வர வேண்டுமா? வீட்டில் யாருமில்லாமல் தனியாக எப்படி இருப்பது? அந்த நேரத்தில் ‘ஹார்ட் அட்டாக்’ வந்து விட்டால்?” — என்ற பயமெல்லாம் ஏற்பட்டு அந்த பயத்தின் விளைவாக மனத்தளவில் தைரியமில்லாமல் இருக்கின்றனர்.

இத்தகைய பயத்தைப் போக்க மருத்துவமனைகளும், நண்பர்களும், உறவினர்களும், பாதிக்கப்பட்ட நபருடைய குடும்பமும் பெரும் அளவில் உதவலாம். பாதிக்கப்பட்ட நபரும் தனக்குத்தானே உதவிக் கொள்ளலாம்.

1. மருத்துவமனைகளின் உதவி:

இதய நோயால் பாதிக்கப்பட்டவருக்குப் பயம் ஏற்படுவதைத் தடுக்க மருத்துவமனைகளில் உள்ள டாக்டர்களும், நர்சுகளும் உதவலாம். ‘தனக்கு ஏதாவது ஆகி விடுமோ?’ என்று முதலில் ஏற்படும் பயத்தை பேஷண்டிடம் இருந்து போக்க

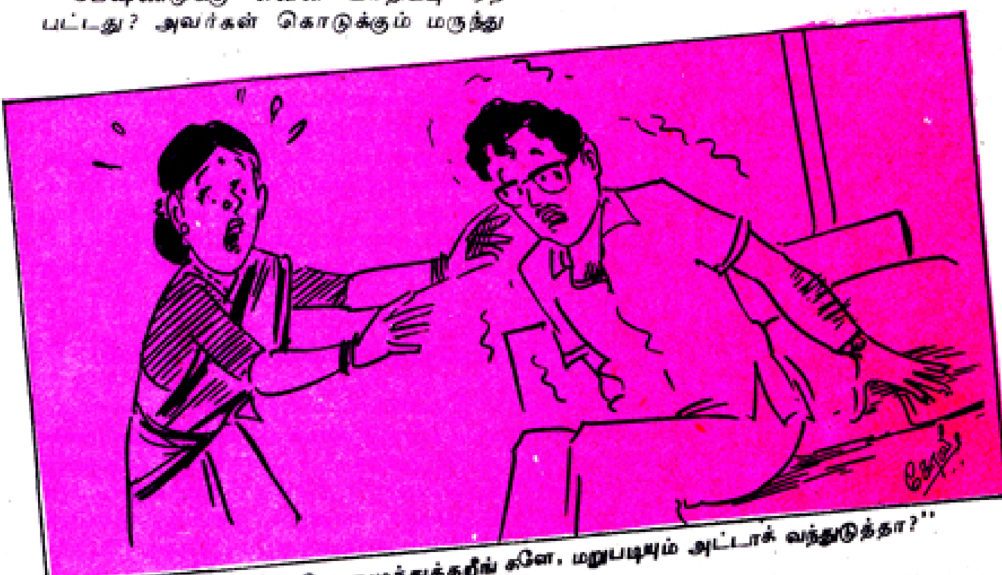
“நம்ம சேது ஹார்ட் அட்டாக்லதானே போனான்! நீ ஒன்னும் கவலைப்படாதே!”



வேண்டும். பல மருத்துவமனைகளிலும் டாக்டர்கள் 'என்ன செய்ய வேண்டும்?' என்று நர்சுகளிடம் சொல்லி விட்டுப்போய் விடுகிறார்கள். பேஷண்ட்டிடமும் ரெண்டு வார்த்தை ஆறுதலாக பேசி விட்டுப் போனால் அது கொடுக்கும் நம்பிக்கையால் ஏற்படும் குணம், அவர்கள் கொடுக்கும் மருந்தினால் ஏற்படும் குணத்தை விட அதிகம்.

மருந்துகளைச் சாப்பிடுவதினால் ஏற்படும் 'ஸைடு எஃபெக்ட்ஸ்' களையும் சொல்லி அதனால் ஏற்படும் அனாவசியப் பயங்களைத் தவிர்க்கலாம்.

பேஷண்டுக்கு என்ன பாதிப்பு ஏற்பட்டது? அவர்கள் கொடுக்கும் மருந்து



''ஐயையோ! நீங்களாவே எழுந்துக்கறீங்களே, மறுபடியும் அட்டாக் வந்துடுத்தா?''

அதனை எப்படி மாற்றும்? என்று நர்சுகள் பேஷண்டுக்கு அவர்கள் புரிந்து கொள்ளும் வகையில் எடுத்துச் சொன்னால் நோயினால் ஏற்பட்ட பயம் மாறும். பெரும்பாலான மருத்துவமனைகளில் பேஷண்ட்டுகளுடன் இத்தகைய முறையில் உரையாடல்கள் நடப்பதில்லை என்ற புகார்கள் காதில் விழுவது சகஜம்.

2. உறவினர், நண்பர்களின் உதவி:

ஹார்ட் அட்டாக் வந்தவருக்கு உணவுப் பழக்கங்களில் சில மாறுதல்கள் ஏற்பட்டிருக்கலாம். அதனைப் புரிந்து கொண்டு அவர் சில உணவுகளை வேண்டாம் என்று நாசுக்காக ஒதுக்கினால் அதனை அவர் சாப்பிடும்படி வற்புறுத்தாமல் இருப்பது நல்லது.

''ஓகோ... ஹார்ட் அட்டாக் வந்ததினாலே பயம் வந்திடுச்சா... சும்மா சாப்பிடு. ஒண்ணும் செத்துப் போயிட மாட்டே'' என்று பலர் முன்னிலையிலும் சப்தம் போட்டுச் சொல்லி, ஏதோ மகா பெரிய 'ஜோக்' அடித்து விட்டது போல நடந்து கொள்வது தவறு. தனக்கு ஒன்றும் இல்லை என்று காண்பிப்பதற்காகவே அந்த சம்பந்தப்பட்ட நபர் தனக்கு ஒவ்வாத ஆகாரங்களைச் சாப்பிட்டு விட்டுப் பிறகு அவஸ்தைப்படலாம். இதே போலவே, சிகரெட், மது போன்றவற்றை நிறுத்தி இருந்தால் நண்பர்கள் அவரை உபயோகப்படுத்தும்படி வற்புறுத்தக் கூடாது.

3. குடும்பத்தினரின் — மனைவியின் உதவி:

ஹார்ட் அட்டாக் வந்து குணமாகியவர் மற்ற எல்லோர்களையும் போல சாதாரணமானவர் என்ற நம்பிக்கையை அவரிடம் ஏற்படுத்த வேண்டும். பெரும்பாலான குடும்பங்களில் இதய நோய் வந்தவர்களை ஒரு குழந்தையைப் போல நடத்தும் வழக்கம் இருக்கிறது. இப்படி நடத்துவது சம்பந்தப்பட்டவரது தன்னம்பிக்கையை மிகவும் பாதிக்கும்.

தினசரி சம்பவங்களில் பலமுறை ''உங்களுக்கு ஹார்ட் அட்டாக் வந்தது ஞாபகத்துக்கு இல்லையா'' என்ற கேள்வியைக் கேட்கும் மனைவிகள் பலரும் உண்டு. ஒவ்வொரு முறை இப்படி கேட்கப்படும் போதும் பாதிக்கப்பட்ட கணவர் தன்னுடைய தைரியத்தைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக இழந்து கொண்டு இருப்பார். இதனைப் புரிந்து கொண்டு நடப்பது நல்லது.

பாம்பே டையிங்

வாங்குவீர், சேமிப்பீர்

தள்ளுபடி விற்பனை

எல்லா வகை பாம்பே டையிங் துணிகள் மற்றும் விவால்டி ரெடிமேட் அணிவரிசைமேல்

15% தள்ளுபடி

பாலியெஸ்டர் ஷர்ட்டிங்குகள்,
பாலியெஸ்டர் மற்றும்
பாலியெஸ்டர் வுல்
ப்ளெண்டெட் சூட்டிங்குகள் -
எல்லா ரகங்களுக்கும்

15% தள்ளுபடி

பாலியெஸ்டர் மற்றும் காட்டன்
விரிப்புகள், டவல்கள்,
ஃபர்னிஷிங்குகள்,
ப்ளாங்கெட்டுகள் மற்றும்
க்வில்ட்கள் - எல்லா ரகங்களுக்கும்

15% தள்ளுபடி

பாலியெஸ்டர் மற்றும் காட்டன்
சேலைகள், டிரெஸ்
மெட்டீரியல்கள், ரூபியா,
கேம்ப்ரிக், லாண் - எல்லா
ரகங்களுக்கும்

15% தள்ளுபடி

விவால்டி ரெடிமேடு
ஷர்ட்டுகள், ட்ரௌசர்கள்,
ஜீன்சுகள், பனியன்கள்,
ஜட்டிகள், கைக்குட்டைகள்
-மற்றவைகளுக்கும்

தமிழ்நாடு, கேரளா, மற்றும் பாண்டிச்சேரியிலுள்ள எங்களது 120-க்கும் மேற்பட்ட ஷோரூம்களிலும் 600-க்கும் மேற்பட்ட அங்கீகாரம் பெற்ற டீலர்களிடமும் கிடைக்கும்

விநியோகஸ்தர்கள்
சிவ்ராம்ஸ் அஸோஸியேட்ஸ்/சிவ்சேல்ஸ் கோயமுத்தூர் - 11 சென்னை - 17

Bankers : The Federal Bank Ltd.

இச் சலுகை குறிப்பிட்ட காலம் வரை மட்டுமே



"உனக்கு ஹார்ட் அட்டாக் வந்ததுங்கிறதை மறந்துடு. ஹார்ட் அட்டாக் உனக்கு வரலைன்னு நினைச்சுக்கோ. ஹார்ட் அட்டாக் வந்ததா நினைக்காதே. ஹார்ட் அட்டாக் வந்ததை மறந்தாத்தான் நல்லது. ஹார்ட் அட்டாக்..."

வீட்டில் சாதாரணமாக ஹார்ட் அட்டாக் வந்தவர் செய்து வந்த வேலைகளை செய்ய அனுமதிக்க வேண்டும். ஒரு வேலையும் செய்யாமல் வீட்டில் இருக்கும் நேரம் எல்லாம் ஓய்வு எடுத்துக் கொள்ளச் சொன்னால், தான் ஒரு நோயாளி என்ற நினைப்பே அவரிடம் ஓங்கி இருக்கும்.

தாம்பத்திய உறவிலும் அவ்வப்போது ஈடுபடுவதில் தவறில்லை என்பதே பல டாக்டர்களின் கருத்து. பெரும்பாலான நோயாளிகள், இதய நோய் வந்தவர்களுக்கு தாம்பத்திய உறவு கெடுதலானது, மறுபடியும் ஹார்ட் அட்டாக் வருவதற்கான காரணங்களுள் தாம்பத்திய உறவில் ஈடுபடுவதும் ஒன்று, என்ற அபிப்பிராயத்தில் இருக்கிறார்கள். மிதமான உறவில் ஈடுபடுவதினால் 'தான் ஆண்மையை இழந்து விட்டோமோ' என்ற பயம் நீங்கி 'சாதாரண ஆரோக்கியமான மனிதன்' என்ற கருத்தை உறுதிப்படுத்த தாம்பத்திய உறவு உதவுகிறது.

4. தனக்குத் தானே உதவி:

ஹார்ட் அட்டாக் வந்ததும் தன்னுடைய ஆயுளைப் பற்றிய பயம் வருகிறது. இது ஒரு எச்சரிக்கை என்பது உண்மைதான். பெரும்பாலான இதய நோய் வந்து குணமாகியவர்கள் தாங்கள் அதுவரையில் வாழ்க்கையில் சாதித்ததை விட அதற்கு அப்புறம் அதிகமாக சாதித்து இருக்கிறார்கள் என்பதைக் கண்கூடாகப் பார்க்கலாம். காரணம் முன்பு மெதுவாக செய்து கொள்ளலாம் என்று தள்ளிப் போட்டுக் கொண்டு வந்த காரியங்களை எல்லாம் 'உடனே செய்து முடிக்க வேண்டும் என்று சுறுசுறுப்புடன் காரியத்தில் ஈடுபடுகிறார்கள். பெரும்பாலானவர்களுக்கு முதன் முதலாக ஹார்ட் அட்டாக் ஏற்படுவது வாழ்க்கையில் ஒரு திருப்புமுனையாக அமையும். சற்று கூர்ந்து கவனித்தால் இந்த உண்மை புலப்படும்.

ஆகவே இதய நோய் வந்தாலும் 'ஐய்யோ நமக்கு இந்த நோய் ஏன் வந்தது' என்று நொந்து கொள்ளாமல் இனி உள்ள வாழ்க்கையை இன்னும் உபயோகமாக கழிக்க வேண்டும் என்ற மனோபக்குவம் வந்தால் தினசரி வாழ்க்கை சுவையாக இருக்கும்.

மனத்தளவில் இந்த மனோபாவத்துடன், ஆகாரப் பழக்கங்களில் கட்டுப்பாடு, பழக்க வழக்கங்களில் கட்டுப்பாடு, குற்ற உணர்வைத் தரக்கூடிய செயல்களை ஏதும் செய்யாதிருத்தல் போன்றவைகளும் அவசியம். முடிந்த அளவு மற்றவர்களிடம் குறைகளைக் காணாமல் நிறைவுகளைக் காண பழக்கிக் கொண்டு, முடிந்த அளவு இயன்ற உதவிகளை மற்றவர்களுக்குச் செய்வதும் மனநிறைவைத் தருவதுடன் தன்னைப் பற்றிய ஒரு 'இமேஜ்' உயர்த்திக் கொள்ளவும் உதவுகிறது. தன்னைப் பற்றிய உயர்ந்த 'இமேஜ்' இருக்கும்போது ஹார்ட் அட்டாக்கைப் பற்றிய பயம் அவர்களுக்கு அறவே போய் விடும்.

— கமலநாதன்.

மாதம் ஒரு பொருளைத் தெரிந்து கொள்ளலாமே!

குக்கர்

இல்லத்தரசிகள் அன்றாடம் உபயோகிக்கும் பொருள்களில் சில இன்றியமையாதவை. அவற்றைப் பற்றித் தொழில் ரீதியாகத் தெரிந்து கொண்டோமானால் இன்னும் கூடச் சிறப்பாக அவற்றை உபயோகப்படுத்தலாம். குக்கர், டி. வி., ஃபிரிட்ஜ், அழகு சாதனப் பொருட்கள், சோப் இப்படி... இந்த வரிசையில் இந்த மாதம் குக்கர்...

காலையில் காப்பியும், குக்கரும் இல்லையென்றால் இல்லத்தரசிகளுக்குத் தலை வெடித்து விடும். அந்த அளவிற்கு வாழ்க்கையோடு ஒன்றி விட்ட ஒன்று குக்கர். ஐந்தாறு சிறந்த கம்பெனிகள் குக்கர்களைத் தயாரிக்கின்றன. அவற்றை உபயோகிப்பது பற்றி எல்லோரும் தெரிந்து கொண்டும் இருக்கிறோம். அப்படியும் குக்கர்கள் ஆங்காங்கே வெடிக்கின்றன; சிதறுகின்றன... அதனால் இதைத் தயாரிப்பில் இருந்து தெரிந்து கொள்ளலாமே...

'பிரிமியர் குக்கர்' தயாரிக்கும் கும்மிடிப் பூண்டித் தொழிற்சாலைக்குச் சென்றோம்.

இவர்கள் கல்கத்தாவில் இருந்து தரமான அலுமினியம் அலாய் தகடுகளை வட்டம் வட்டமாகத் தருவிக்கிறார்கள்.

இவர்கள் 'அலுமினியம் அலாய்' என்கிறார்களே! ஆனால் நாம் ஹிண்டாலியம் குக்கர் என்றுதானே சொல்கிறோம்? அதற்கும் இதற்கும் என்ன வித்தியாசம்?

இதற்குப் பிரிமியர் குக்கர் தயாரிப்பாளர் சிவநேசன் பதில் கூறினார்.

''எல்லாவற்றிற்குமே அலுமினியம்தான் 'பேஸ்' என்றாலும் மற்ற உலோகங்கள் கலக்கும் விதம்தான் வெவ்வேறாக இருக்கும். அந்த விகிதப்படி பெயரும் மாறும். 'அலுமினியம் அலாய்' என்பது 99.26 சதவீதம் அலுமினியமும், மற்ற உலோகங்கள் பலவிதமான அளவுகளிலும் கலந்து தயாரிக்கப்படும் கலவையே.

இப்படி வட்டமாக வரும் தகடுகளை ஒரு மெஷினில் கொடுத்து முதலில் டபரா வடிவில் எடுக்கிறார்கள். இதுவே மீண்டும் நன்கு எண்ணை தடவப்பட்டு மிக உயர்ந்த அழுத்தத்தில் மற்றொரு மிஷினால் குக்கர் வடிவத்திற்குக் கொண்டு வரப்படுகிறது. பிறகு அதைக் கட்டிங் மிஷினில் கொடுத்து ஓரங்களில் பிடிமானத்திற்காக வெட்டுகிறார்கள். இந்த மெஷின்களிலேயே வெவ்வேறு மோல்டுகளைப் போட்டு மூடி, துளை போடுவது, பெயர் பதிப்பது எல்லாம் நடக்கிறது. பிறகு இவை பாலிஷ் செய்யப்படுகிறது. இங்கே காப்பர் பாட்டம் குக்கர்களையும் பாலிஷ் செய்து கொண்டு இருந்தார்கள்.

''இப்பொழுது குக்கர்களில் காப்பர் பாட்டம் வந்திருக்கிறதே! இது முழுக்க முழுக்க காப்பரை எடுத்து இணைக்கிறார்களா? இதனால் என்ன பிரயோஜனம்?''

சிவநேசன் கூறுகிறார் — ''இரண்டு வகைக் குக்கர்கள் இன்று தயாரிக்கப்படுகின்றன. 'அலுமினிய அலாய்' குக்கர்களுக்குக் காப்பர் பாட்டம் தேவையில்லை.



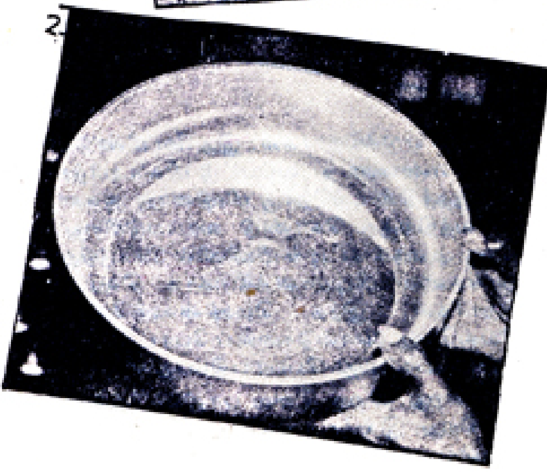
* சிவநேசன்

1.

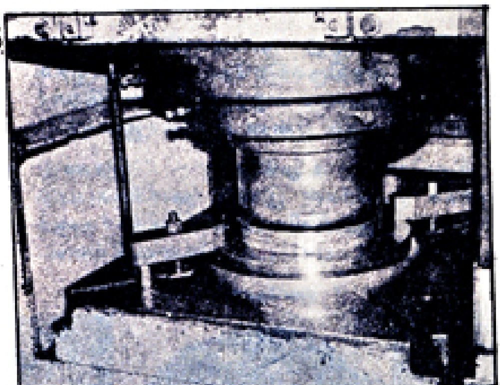


• குக்கர் உருவாகிறது

2.



3.



4.



ஏனென்றால் அலுமினியம் உஷ்ணத்தை எளிதில் கடத்தி விடும். ஆனால் எவர் சில்வர் குக்கர்கள் அப்படியில்லை. அது அலுமினியத்தை விட உஷ்ணத்தைக் கடத்த நேரம் எடுக்கும். அதற்காகவே காப்பர் பாட்டத்தை அறிமுகப்படுத்தினார்கள். இப்படிப் பொருத்தப்படும் காப்பர் பாட்டத்தால் வெகு சீக்கிரம் சூடு சீராகப் பரவி விடுகிறது.

இது காப்பர் ஷீட்டுகளால் தயாரிக்கப்படுகிறது. இதை 'காப்பர் க்ளேடிங்', எலக்ட்ரோ ப்ளேடிங்' என இரண்டு முறைகளில் பொருத்துகிறார்கள். எலக்ட்ரோ ப்ளேடிங் முறைதான் அதிகம்.''

''இது நாளானால் தேய்ந்து போகாதா?''

''போகாது. வெகு நாளைக்கு உழைக்கும்.''

இப்படி காப்பர் ப்ளேட்டும் பொருத்தப்பட்ட குக்கர்கள் பாலிஷ் செய்யப்பட்டு, மூடி, உள்பாத்திரங்கள் இவற்றுடன் மினுமினுப்பாகத் தயாராகிறது. ஆனால் இவற்றில் பாதுகாப்பு முறை தானே முக்கியம்? குக்கர் வெடித்து விடுவதுதானே அபாயம்! அதனால் குக்கர் எந்தச் சமயத்தில் எப்படி இயங்குகிறது?

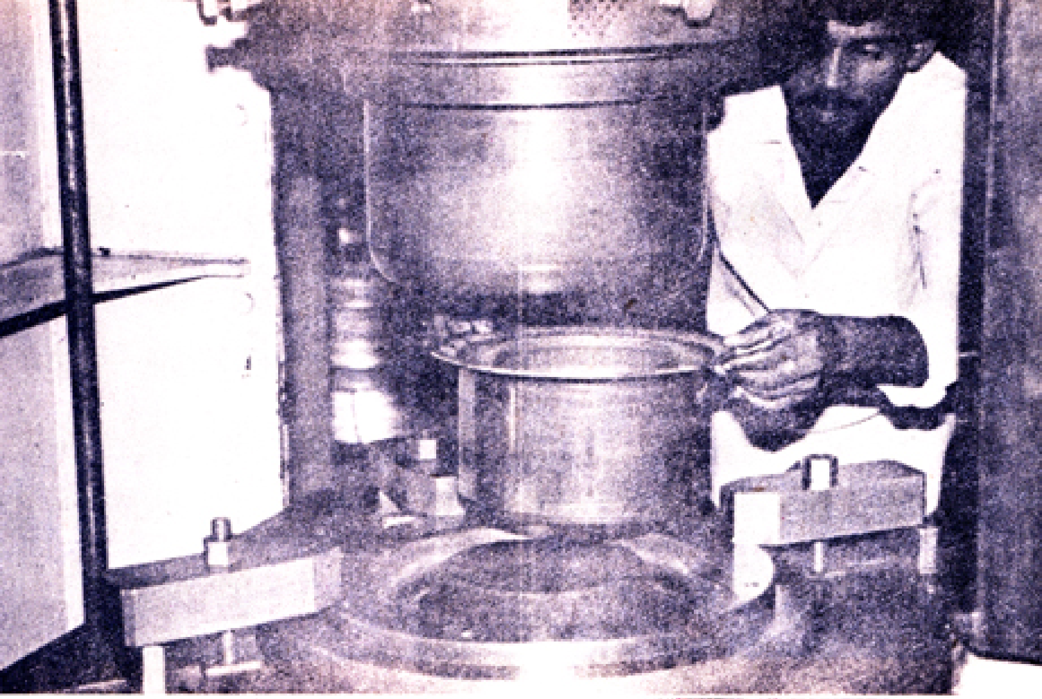
குக்கரில் உணவுப் பொருட்களை வைத்து விட்டுச் சமைக்கும் போது அது உஷ்ணமடைந்து வைக்கப்பட்டுள்ள நீர் ஆவியாகி நீராவியின் அழுத்த சக்தியால் உள்ளே உள்ள பொருட்கள் பக்குவமடைகின்றன. ஆனால் உள்ளே உற்பத்தியாகும் நீராவியின் அழுத்தம் அளவுக்கு அதிகமாக உற்பத்தியாகும் போது அதன் சக்தியும் வீரியமடைகிறது. எந்தெந்த நிலையில் நீராவியின் சக்தி எப்படி வேலை செய்யும்?

(கிலோ கிராம் ஒவ்வொரு சதுர
செ. மீட்டருக்கு)

1 கிலோ கிராம் — குக்கரில் உள்ள பொருட்கள் வேக இதுவே போதும்.

1.1 கிலோ கிராம் — இந்த நிலையில் வெயிட்' ரிலீஸாகி அதிகமான நீராவி சீராக வெளியேறும் போது உள்ளே ஒரே சமநிலையில் அழுத்தம் வைக்கப்படுகிறது. வெயிட் ரிலீஸாக வில்லை என்றால்?

1.5 — 2 கிலோ கிராம் — அழுத்தம் அதிகரிக்கும் போது கேஸ்கட் ரிலீஸா



கிறது. அதன் வழியாக அதிக அழுத்தம் வெளியேற்றப்படும். அதுவும் இல்லை. அப்போது?

1.5 — 3 கிலோ கிராம் — அழுத்தம் அதிகமாகும் நிலையில் சேஃப்டி ப்ளக் உருகி அதன் வழியே வெளியேற்றப்படும். அதுவும் இயங்கவில்லையென்றால்?

3 — 6 கிலோ கிராம் — இதற்கு மேல் அழுத்தம் அதிகரித்தால் குக்கர் வெடிக்கிறது.

குக்கர் வெடிக்கிறது என்றால் என்ன?

மூடியும் பாத்திரமும் பிடித்துக்கொள்ள வாயில் வெட்டி வைக்கப்பட்டுள்ள பிடிமானங்கள் உருகி நிமிர்ந்து விடும். அப்போது மூடி மிகவேகத்துடன் தூக்கியெறியப்படும். உள்ளே உள்ள பொருட்கள் அதிவேகமாகக் கொதிக்க கொதிக்க வீசப்படுகின்றன. இதன் விளைவுகள் பயங்கரமாகத்தான் இருக்கும்.

"இத்தனை பாதுகாப்பு அம்சங்களை படிப்படியாக வைத்திருந்தும் இத்தனையும் தாண்டி குக்கர் வெடிக்கிறதே?"

"இதில் இல்லத்தரசிகள் சிறிது கவனம் கொண்டால் விபத்துக்களைத் தவிர்த்து விடலாம் என்கிறார். முதலாவது ஸ்பேர் பார்ட்ஸ் வாங்கும் போது தரமானதா என்பதைச் சோதிக்க வேண்டும். வெயிட்டோ, சேஃப்டி ப்ளக்கோ, கேஸ்கட்டோ விலை மலிவு என்று வாங்கி விடக் கூடாது. இதில்தான் பலரும் தவறு செய்கிறார்கள்.

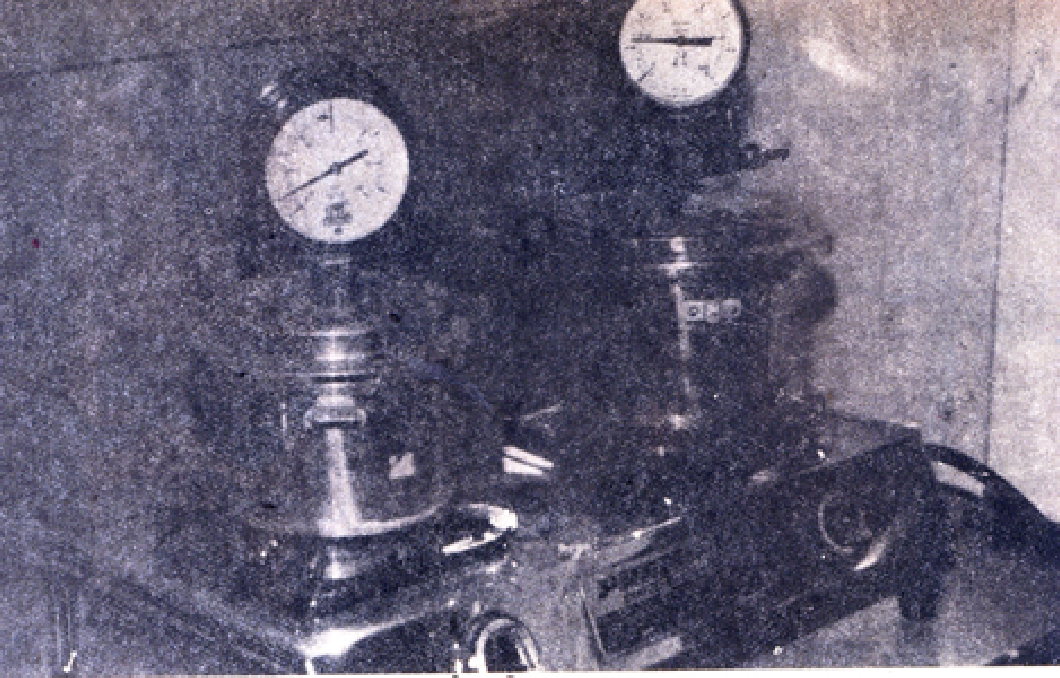
வெயிட் சரியாக 1.1 கிலோ கிராம் அழுத்தத்தில் ரிலீஸாக வேண்டும். அதே போல் கேஸ்கட் மட்டமான டயரில் தயாரித்தால் அது கெட்டியாக உட்கார்ந்து கொண்டே இருக்கும். குறிப்பிட்ட அழுத்தத்தில் அழுத்தத்தை வெளியேற்றாது. அதே போல



என் மனைவி நன்றாகச் சமைப்பாள். என் மனைவி வீட்டை நன்கு நிர்வகிப்பாள். என் மனைவி குழந்தைகளை நன்றாகவளர்க்கிறாள், என்றெல்லாம் கூறிப் பெருமைப் பட்டுக்கொள்ளும் கணவர்கள் இந்த உலகில் ஏராளம்.

என் மனைவி மிகவும் புத்திசாலி என்று கூறுகின்ற ஆணைக் காண்பது அரிது அரிது அரிதினும் அரிது.

— தங்கம்.



பரிசோதனை

சேஃப்டி ''ப்ளக்'கில் வைக்கப்படும் அலுமினியம் 'பிஸ்மத்' எனப்படும் மிக உயர்தரமான பொருள். மலிவு விலையில் வேறு மாற்றி வைக்கப்பட்டிருந்தால் அது உருகாது. போலிப் பொருட்களால்தான் வெடிப்பு என்பது சாத்தியம்.

அதே போல ஒரே தடவையில் சமைத்து விட வேண்டும்என மூடியில் உள்ள வெயிட் போடும் இடம், சேஃப்ட்டி ப்ளக், கேஸ்கட் ரிலீஸ் ஆகும் இடம் என எதற்கும் நீராவி போக வழியில்லாமல் நிரப்பி வைத்து விடுவார்கள். நீராவி 'ரிலீஸ்' ஆகும் இடங்கள் எல்லாம் அடைபட்டுப் போகும் போது வெடிக்கிறது.

குக்கரை வைக்கும் இல்லத்தரசிகள் இவற்றைக் கவனத்தில் கொண்டு அவ்வப்போது குக்கரில் சரியாக நீராவி வருகிறதா எனப் பார்த்துக் கொண்டிருந்தாலே போதும்.

அதே போல ப்ரஷர் பேனில் செபரேட்டரை உபயோகப்படுத்துவதும் தவறு. அதை அப்படியேதான் பயன்படுத்த வேண்டும்.

''ப்ரஷர் பேனில் இட்லி சீக்கிரம் வேகிறதே?'' என்றோம்.

''இட்லித் தட்டு பரவாயில்லை. அது மேலே ஏறி அடைத்துக் கொள்ளாது. ஆனால் செபரேட்டரை வைத்தால், இடம் சிறிதாக இருப்பதால் நீராவியின் வேகத்தால் மேலே ஏறி அடைத்துக் கொள்ளும்'' என்கிறார்கள்.

குக்கரை வைத்து விட்டுத் தோழியைப் பார்த்த உற்சாகத்தில் மறந்து விடுவோம். வைக்கும்போதே வெயிட் போடும் துவாரம் அடைப்பு இல்லாமல் இருக்கிறதா, கேஸ்கட் சரியாகப் போட்டோமா என்றெல்லாம் பார்த்துக் கொண்டு விட்டால் நல்லது.

குக்கரில் அளவுக்கு அதிகமாக வைத்தால்தான் பொருட்கள் வெளியே சிந்தும். மற்றபடி வெளியே வந்து விழ வாய்ப்பு இல்லை என்கிறார்கள்.

கிராமங்களிலும் குக்கர் பரவி விட்ட நாளில் ஒரு நாள் குக்கர் ரிப்பேராகி விட்டால்... நினைக்கவே பயமாக இருக்கிறது!

— பவித்ரா.

படங்கள் : யோகா.

அடுத்த மாதம்......

சோப் போடுவோமே!

விழித்துக் கொண்டிருக்கும் ஒரு நபர் மீது பூவிதழ்களைச் சொரிந்தால் அவர் மகிழ்வார். அதே அவர் உறங்கிக் கொண்டிருக்கும் போது செய்தால் அனர்த்தமாக எடுத்துக் கொள்ளப்படும். அவர் ஆத்திரமடைவார். ஒவ்வொரு செய்கைக்குமே சில வரைமுறைகள் உண்டு.

— தங்கம்.


Leo Birthday Rhymes...1
On his first birthday
He's eager and ready-
To toddle and smile
With Twin Teddy!
Leo makes birthdays happy.
Safe, snug and colourful.
Leo toys extend the fun
from one birthday to the next.
In fact, any day is good enough
to gift your child a Leo.
For every rhyme and reason.
Pre-School
LEO
TOYS
LEO
The LEO Pre-School range is specially priced between Rs.45 and Rs.160. All inclusive.

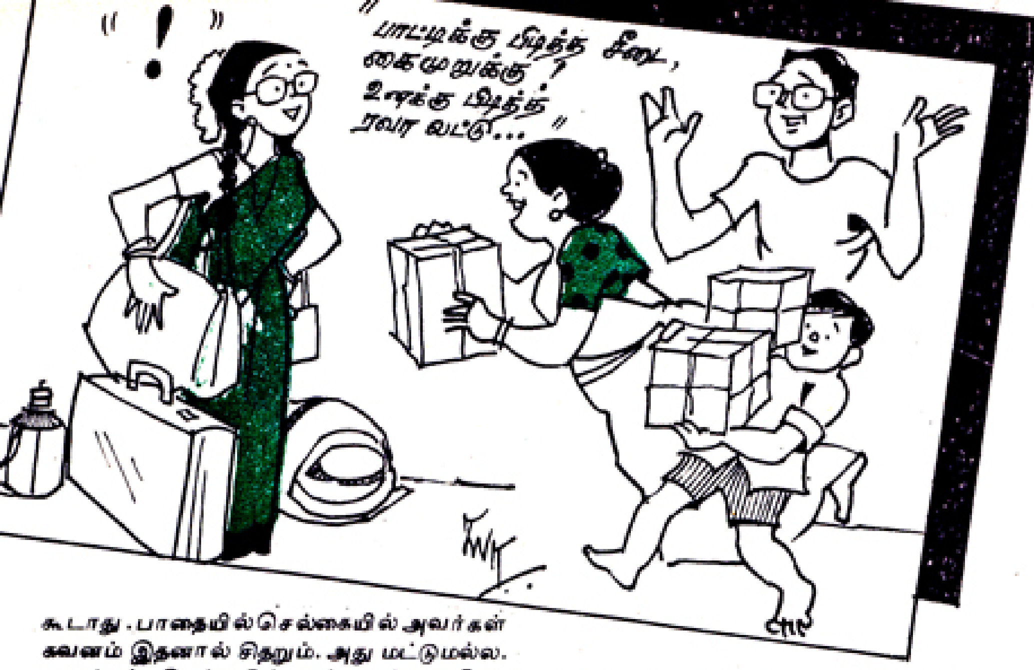
மிகப் பெரிய ஒலிம்பிக் விளையாட்டு, ஏஷியாட் விளையாட்டு போன்றவற்றில் ஆரம்ப நிகழ்ச்சிக்கு ஈடாக நிறைவு நாள் விழா சிறப்பாக அமையும். அதற்குக் காரணம் பங்கு கொண்ட கலைஞர்களையும், நாடுகளையும் கௌரவிக்கும் வகையில் அந்நிகழ்ச்சி ஒரு ''வழியனுப்பு விழா''வாகவே அமைவதுதான். தலைவர்களை விமான நிலையத்தில் சென்று வழியனுப்புவதும் முக்கியத்துவம் வாய்ந்தது. இதே போல் நவராத்திரி இறுதி நாளில் துர்க்கையின் உருவம் ஊர்வலமாக எடுத்துச் செல்லப்படுவதும், விநாயக சதுர்த்தி முடிந்ததும் விநாயகர் உருவத்தை ஊர்வலமாகக் கொண்டு போய்க் கடலில் சேர்ப்பதும் 'வழியனுப்பும் வைபவம்' எவ்வளவு முக்கியம் என்பதைக் காட்டுகின்றன. இலக்கியங்களில் கூட ராமனை அயோத்தி மக்கள் காட்டுக்கு வழியனுப்புவதும், கண்ணகி கோவலனை மதுரைக்கு வழியனுப்புவதும் இலக்கிய நயம் வாய்ந்த காட்சிகள்.

இப்படிப்பட்ட 'வழியனுப்புதலை' நம் வாழ்க்கையில் நாம் எப்படிக் கடைபிடிக்கிறோம்? வீட்டிற்குச் சில நிமிடங்கள் வந்து போகும் பெண்களுக்குக் குறைந்தது குங்குமமாவது கொடுக்க வேண்டும். வெள்ளிக்கிழமை என்றால் வெற்றிலை, பாக்கு, மஞ்சள் கிழங்கு கொடுப்பது விசேஷம். ஆண், பெண் இருபாலருமே சில மணி நேரம் வந்து விட்டுப்போனால் வாசல் வரை சென்று வழியனுப்ப வேண்டும். ஆண்களாயின் கைகுலுக்கியும், பெண்களாயின் வணக்கம் என்று சொல்லியும் வழியனுப்ப வேண்டும். கை கூப்பி வணங்குவதை அவசரமாகச் செய்யாமல் நிதானமாக, முகத்தில் சிரிப்புடன் செய்வது அவசியம். ''மீண்டும் நாம் எப்போது சந்திக்கலாம்?'' ''விரைவில் சந்திப்போம்'' ''உங்களுடன் கழித்த இந்த நேரம் மிகவும் மகிழ்ச்சிகரமாக இருந்தது'' போன்ற சொற்றொடர்களை உபசாரமாக மட்டுமல்லாமல் மனப்பூர்வமாகச் சொல்ல வேண்டும்.

குழந்தைகளுடன் வரும் விருந்தினர்கள் கிளம்பும் பொழுது, மறக்காமல் குழந்தைகளின் பெயரைக் குறிப்பிட்டு டாட்டா காட்ட வேண்டும். அவர்கள் டாட்டா காட்டினால் அதையும் கவனிக்க வேண்டும். அதற்காக தெருக்கோடி செல்லும் வரையில் வீட்டிலுள்ள ஒவ்வொருவரும் டாட்டா, டாட்டா என்று சத்தமாகச் சொல்லக்

வழியனுப்பி வையுங்கள்





கூடாது. பாதையில் செல்கையில் அவர்கள் கவனம் இதனால் சிதறும். அது மட்டுமல்ல. அவர்கள் செல்வதில் உங்களுக்கு ஏதோ அபார சந்தோஷம் என்பது போலத் தோன்றி விடும். இதைவிட முக்கியம் வந்தவர் வெளியே சென்று ரோட்டில் நடந்த பிறகே வீட்டுக் கதவைச் சாத்த வேண்டும். அவர்கள் படியிறங்கித் திரும்பிப் பார்க்கும் பொழுதே கதவை அவர்கள் முகத்திலடித் தாற்போல் சாத்தினால் எப்படி இருக்கும்?

கர்நாடக மாநிலத்தில் ''மங்கள வாரதல்லி மகள களஸபாரது, சுக்ரவார தல்வி ஸொஸெ களஸபாரது'' என்று கூறுவார்கள். செவ்வாயன்று வீட்டுப் பெண்ணையும், வெள்ளியன்று மருமகளை யும் வீட்டை விட்டு ஊருக்கு அனுப்பக் கூடாது என்பது இதன் பொருள். நம் தமிழ் நாட்டிலும் வெள்ளி, செவ்வாய் பார்த்துத் தான் பெண்களை ஊருக்கு அனுப்புவார் கள்.

ஒரு வாரத்திற்கு மேல் தங்கி செல்பவர் களிடம் 'எப்போது ஊருக்குப் போவீர்கள்?' என்று (டிக்கெட் வாங்கலாமே என்ற) நல் லெண்ணத்துடன் கேட்டால் கூட அவர் களுக்கு என்னவோ போல் தோன்றலாம். எனவே இவர்கள் வருவதாகக் கடிதம் போட்டதுமே, நம் சந்தோஷத்தைத் தெரி வித்து எழுதும் கடிதத்திலேயே டிரெயின் டிக்கெட் வாங்கும் தேதியையும் கேட்டு எழுதலாம்.

எனக்குத் தெரிந்த உறவினர் ஒருவர் விருந்தினரிடம் பேசும்போதே அவர்கள் வீட்டிலுள்ள பெரியவர்களைப் பற்றி அறிந்து கொண்டு விடுவார். அவர்கள் கிளம்பும் பொழுது, ''உங்கள் மாமனார் வெற்றிலை போடுபவராயிற்றே. எங்கள் ஊர் நெய் சீவல் மிகப் பிரபலம். அவருக் குக் கொடுங்கள்'' என்று ஒரு பொட்டலம் கொடுப்பார். ''ஏம்மா, உன் மாமியார் வயதானவராயிற்றே., சோன்பப்டி கேக் மிகவும் ஸாஃப்டா இருக்கும். இதை அவருக் குக்கொடு'' என்பார். பிறகு கேட்பானேன், அவர்கள் வீட்டிற்கு இவர் சென்றால் அங்கு இவருக்கு ராஜ மரியாதைதான்.

இதை விட சுவாரஸியமானது வீட்டி லுள்ள குழந்தைகள் வந்தவர் உடனே கிளம்பி விடப் போகிறார்களே என்ற ஆதங் கத்தில் ''நீங்க எப்போ மாமா ஊருக்குப் போவீங்க?'' என்று கேட்கும் தர்மசங்கடக் கேள்விதான். இதை வந்தவர்களுக்கு புரிய வைப்பதை விட, குழந்தைகளிடமே முன்ன தாக எப்படிப் பேச வேண்டும் என்று கூறி விடுவதே நல்லது. ''இன்னும் கொஞ்ச நாள் எங்களுடன் இருங்கள்'' என்ற வகையில் பேசக் கற்றுக் கொடுக்க வேண்டும்.

விருந்தினர்களிலேயே மிகவும் 'சென் சிடிவ்' ஆனவர்கள் வேலை விஷயமாகவும், தேர்வு எழுதவும், பெண் பார்ப்பதற்காக வும் வருபவர்கள்தான். இவர்கள் வெளியே கிளம்பும் பொழுது நல்ல வார்த்தைகளாகக் கூறி ஆசி செய்து அனுப்ப வேண்டும். உண்மையிலேயே அவர்கள் வந்த விஷயம் பற்றி நமக்கு விவரங்கள் தெரிந்திருந்தால் அதிகம் அறுக்காமல் டிப்ஸ் மாதிரி கொடுக் கலாம். ரிசல்ட் தெரியாமலேயே ஊர் கிளம்புகிறவர்களிடம், ''நிச்சயம் உங்களுக் குச் சாதகமான பதில் வரும். எனவே அடுத்த முறை ஸ்வீட்டோடு வாருங்கள்'' என்று கூறலாம்.

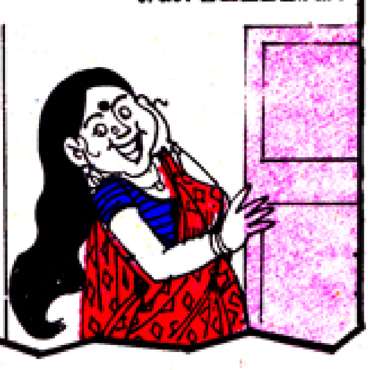
விருந்தினர்களை விடுங்கள். பல வீடு களில் ஆண்களைத் தினம் வழியனுப்புவதே

ஒரு வைபவமாக நடக்கும். கர்ச்சீப், ஸீஸன் டிக்கெட், பஸ் சில்லறை, வாட்ச் போன்ற பொருட்களை தினமும் கிளம்பும் பொழுது ஞாபகப்படுத்துவது நல்லது. சிலர் மனைவி கேட் வரை வர வேண்டும் என்று விரும்புவார். அந்த நேரம் மனைவி சமையலறையில் புகுந்து கொள்ளாமல் இருப்பது நல்லது. கூடியவரை விடைகொடுக்கும்பொழுது பளிச்சென்று தலைவாரி, பொட்டு வைத்துக் கொண்டு கணவரை உற்சாகப்படுத்த வேண்டும். முக்கியமான அலுவலக வேலையைக் கிளம்பும் நேரத்தில் மீண்டும் ஞாபகப் படுத்த வேண்டும். எதைச் செய்தாலும், செய்யா விட்டாலும் காலையில், அல்லது முதல் நாள் நடந்த சண்டையின் தொடர்ச்சியாக கிளம்பும் பொழுது முகத்தைத் தூக்கி வைத்துக் கொள்ளக் கூடாது. இதனால் கணவரின் அலுவலக வேலை பாதிக்கப்படலாம். பயணத்திலும், அலுவலக வேலையிலும் கவனமின்மையால் சிறு விபத்தோ அல்லது தவறோ ஏற்படலாம். (மேற்கூறிய அறிவுரை அத்தனையும் கணவருக்கும் பொருந்தும். குறிப்பாக மனைவியும் வேலைக்குச் செல்லும் நிலையில் கணவரும் இந்தக் கருத்துக்களைப் பின்பற்ற வேண்டியது அவசியம்.)

குழந்தைகள் விஷயம் முக்கியமானது. டாட்டா காட்டுவதில் துவங்கி கன்னத்தில் 'பட்டு முத்தம்' பெறுவது வரை பலவிதமான ஸெண்டிமெண்டல் சமாசாரம் இவர்களுக்கு உண்டு. எனவே, குழந்தைகள் விடைபெறும் போது அவர்கள் விருப்பப்படி நாம் கொஞ்சம் ஆடுவது நல்லது. கிளம்பும் நேரத்தில் திட்டவோ, அடிக்கவோ, அழ விடவோ கூடாது. கடைசி நேரம் வரை சும்மா இருந்துவிட்டு பிறகு பென்சில், ரப்பர், நோட்டு இவற்றை செக் செய்து டென்ஷன் உண்டாக்குவதை விட, நிதானமாக முன்னதாகவே செக் செய்வது நல்லது. ''ஒழிந்து போ'' நல்லா டெஸ்ட் எழுதாட்டா வீட்டுக்கு வராதே, தொலைஞ்சு போன பேனாவை இன்னிக்குக் கொண்டு வரலே, நடக்கறதே வேறே'' என்பது போன்ற அபசகுனமான, அச்சுறுத்தலான வார்த்தைகளைத் தவிர்க்கவும். பல சமயம் இவற்றின் விளைவுகள் விபரீதமாக முடிவதுண்டு. பரீட்சை சமயம் சுவாமியைக் கும்பிடச் செய்து பெரியோர் ஆசிகளுடன் அனுப்புவது மனத்திற்கு தைரியம் தரும். ''பெஸ்ட் ஆஃப் லக்'' என்பதே ஒரு உற்சாக டானிக்தானே? இதை அடிக்கடி குழந்தைகளிடம் கூறுங்கள்.

தேங்காய் கெட்டு விட்டால் நன்றாக அரைத்துத் தலையில் தேய்த்துக் கொஞ்சம் சீயக்காய்த் தூளும் கரைத்துத் தேய்த்து அலசிப் பாருங்கள். ஷாம்பூ போட்டு அலசியது போல் மிருதுவாகவும் அதே சமயம் கண்ணிற்குக் குளிர்ச்சியாகவும் இருக்கும்.

— எஸ். பட்டம்மாள்.





முடிவாகச் சில வரிகள். நமக்கு அன்றாடம் ஊழியம் செய்யும் வேலைக்காரியிடம் 'போயிட்டு வாம்மா' தபால்காரரிடம் 'தேங்க்ஸ்' ரிக்ஷாவில் வந்து இறங்கினால் ''தேங்க்யூ'' மற்றும் பார்க்க நேர்ந்தால் பேப்பர்காரர், பால்காரர் (இவர்கள் நாம் எழும் முன்பே வந்து போய் விடுபவர்கள்) ஆகியோரிடம் அன்பான சில வார்த்தைகள், வாடிக்கையாகச் செல்லும் பஸ் கண்டக்டர், ரயில்வே ஊழியர் ஆகியோரிடமும் ''நன்றி'' என்ற சொல் இவற்றை உதிர்த்துப் பாருங்கள். அன்றைய நாள் உங்களுக்கு மட்டுமல்ல, நீங்கள் மகிழ்வித்த இவர்களுக்கும், இவர்கள் மூலம் அந்த மகிழ்ச்சி மற்றவர்களுக்குப் பரவ, அவர்களுக்கும் உற்சாகமாக அமையும். எனவே வழியனுப்புதலை ஒரு உற்சாகமான நிகழ்ச்சியாக இனிமேல் மாற்றுவோம். என்ன, மீண்டும் சந்திப்போமா? நன்றி.

— லக்ஷ்மி சங்கர்.

முதல் மாதச் சம்பளமாக ஆயிரத்து ஐநூறு ரூபாயை வாங்கும் போது பாஸ்கருக்கும் ரகுவிற்கும் சந்தோஷத்தினால் உடல் நடுங்கியது. விரல்கள் நடுங்க கைகளில் மொட மொடத்த ரூபாய் நோட்டுகளைத் திரும்பத் திரும்ப எண்ணினார்கள்.

'பாஸ்கர்! நமக்கு ரூம் வாடகைக்கும், சாப்பாடு இதற செலவுகளுக்கும் கிட்டத் தட்ட எண்ணூறு ரூபாய் ஆகிறதடா? அதனாலே மீதி எழுநூறை இன்றே வீட்டிற்கு டி.டி. போட்டு அனுப்பி விடலாமா,' என்று பரபரத்த ரகுவை கையமர்த்தினான்.' நானும் கணக்கு போட்டு பார்த்தேண்டா. என் அப்பாவின் சம்பளம் தவிர கூட ஐநூறு ரூபாய் வந்தால் அவர்களுக்குப் போதுமானதாக இருக்கிறது. அதனாலே ஐநூறு அனுப்பி விட்டு மீதி இருநூறை பாங்கில் போடலாம்.''

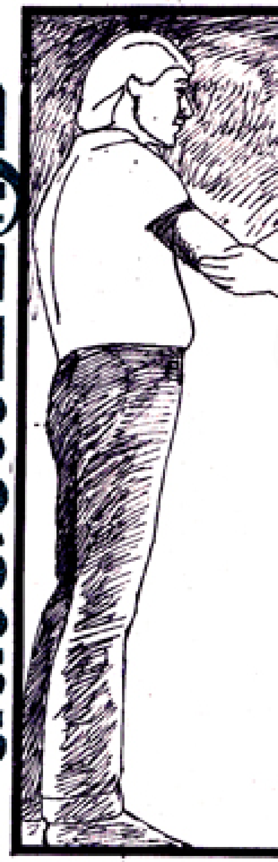
"எதுக்கு அப்படிச் செய்யணும் பாஸ்கர். எல்லாப் பணத்தையும் அனுப்பினால் செலவு போக மீதி பணத்தை அவர்கள் சேர்க்க மாட்டார்களா?",

"அதற்குச் சொல்லவில்லை ரகு! தாயும் பிள்ளையுமானாலும் வாயிம் வயிறும் வேறு என்று சொல்வார்கள். அது போல நான் இப்போ அந்தக் குடும்பத்தில் ஒருவன் தானென்றாலும் நாளைக்கு எனக்குக் கல்யாணமாகி எனக்கென்று மனைவி, குடும்பம் என்று உருவாகும் போது நான் இந்த குடும்பத்திலிருந்து வேறு பட்டுத்தான் போகணும் இல்லையா? அப்போ அதற்கு பராமரிக்க என்று...''

ரகு குறுக்கிட்டான். பாஸ்கர்! நிறுத்துடா பேச்சை. நீ இத்தனை சுயநலக்காரனாக இருப்பாய் என்று நான் கொஞ்சமும் நினைக்கவில்லை. என் குடும்பத்தினைப் போல உன் குடும்பமும் பெரிசுதான். எனக்கு இரண்டு தங்கைகளும் இரண்டு தம்பிகளும் இருக்கிறார்கள் என்றால், உனக்கு மூன்று தங்கைகளும் ஒரு தம்பியும் இருக்கிறார்கள். இரண்டு பேரின் அப்பாக்களும் ஏறத்தாழ ஒரே மாதிரி சம்பளம் வாங்குகிறவர்கள். பிள்ளைகள் தலையெடுத்து நம்மையும் நம் குடும்பத்தையும் காப்பாற்றுவார்கள் என்ற பெரு நம்பிக்கையில் எத்தனையோ இடர்களை சுமந்து நம்மைப்படிக்க வைத்து ஆளாக்கியிருக்கிறார்களே? அவர்களுக்குத் தோள் கொடுத்து அவர்களது சுமையைக் குறைப்பது நமது கடமையல்லவா? தங்கைகளுக்கு ஒரு வழியைக் காண்பித்து விட்டுத் தம்பிகளும் படித்து வேலையில் சேர்ந்த பின்தான் திருமணத்தைப் பற்றியே சிந்திக்கணும் என்று நாம் பேசிக் கொள்ளவில்லையா?"

"இரு... இரு... இதெல்லாம் இல்லை என்று நான் சொல்லவில்லையே. நான் சொல்வதை கொஞ்சம் சரியா காது கொடுத்து கேளுடா... நான்...

ஸாரி பாஸ்கர்! நான் இது சம்பந்தமாய் மேற் கொண்டு எதுவும் பேசுவதாய் இல்லை. நீ ஏதாவது பேசி என் மனத்தையே மாற்றினாலும் மாற்றி விடுவாய். ஆனானப் பட்ட கைகேயியே கூனிக் கிழவி பேச்சைக் கேட்டு மனசை மாற்றிக் கொள்ள வில்லை





யா? என்று பாஸ்கரின் பேச்சைக் கேட்காமல் வெளியே போய் விட்டான் ரகு.

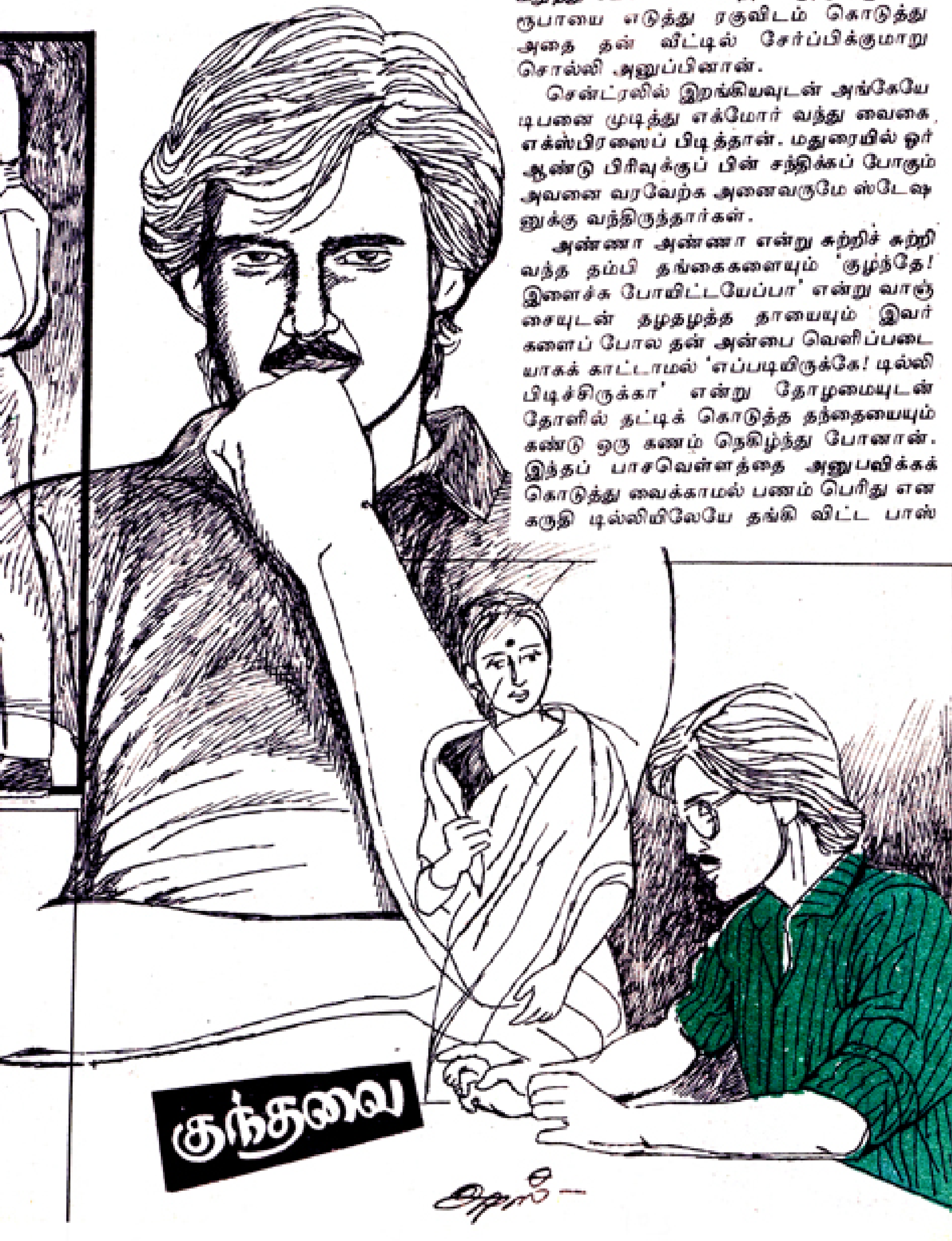
இந்தச் சம்பவத்திற்குப் பின் நண்பர்கள் இருவரும் சாதாரணமாகவே பேசிப் பழகினாலும் இருவரிடையேயும் கண்ணுக்குத் தெரியாத கனமான திரை இருப்பதை இருவருமே உணரத்தான் செய்தார்கள்.

ஒவ்வொரு மாதமும் பாஸ்கர் ஐநூறு ரூபாயை வீட்டிற்கு அனுப்ப ரகு தன் செலவு போக எஞ்சிய தொகையை அப்படியே வீட்டிற்கு அனுப்பி அதிர் ஓர் ஆனந்தத்தை அனுபவித்து வந்தான்.

அந்த ஆண்டு போனஸ் தொகை கிடைத்தவுடன் இருபது நாட்கள் லீவ் எடுத்துக் கொண்டு ஊருக்குப் புறப்பட்டான் ரகு. குடும்பத்தைப் பிரிந்து ஒரு ஆண்டுதானே ஆகிறது. இப்போ எதற்கு அனாவஸ்யமாய் ரயில்காரனுக்கு அழணும். என பாஸ்கர் மறுத்து போனஸ் பணத்திலிருந்து ஆயிரம் ரூபாயை எடுத்து ரகுவிடம் கொடுத்து அதை தன் வீட்டில் சேர்ப்பிக்குமாறு சொல்லி அனுப்பினான்.

சென்ட்ரலில் இறங்கியவுடன் அங்கேயே டிபனை முடித்து எக்மோர் வந்து வைகை எக்ஸ்பிரஸைப் பிடித்தான். மதுரையில் ஓர் ஆண்டு பிரிவுக்குப் பின் சந்திக்கப் போகும் அவனை வரவேற்க அனைவருமே ஸ்டேஷனுக்கு வந்திருந்தார்கள்.

அண்ணா அண்ணா என்று சுற்றிச் சுற்றி வந்த தம்பி தங்கைகளையும் 'குழந்தே! இளைச்சு போயிட்டயேப்பா' என்று வாஞ்சையுடன் தழுதழுத்த தாயையும் இவர்களைப் போல தன் அன்பை வெளிப்படையாகக் காட்டாமல் 'எப்படியிருக்கே! டில்லி பிடிச்சிருக்கா' என்று தோழமையுடன் தோளில் தட்டிக் கொடுத்த தந்தையையும் கண்டு ஒரு கணம் நெகிழ்ந்து போனான். இந்தப் பாசவெள்ளத்தை அனுபவிக்கக் கொடுத்து வைக்காமல் பணம் பெரிது என கருதி டில்லியிலேயே தங்கி விட்ட பாஸ்



கருக்காக ஒரு கணம் வருந்தினான்.

மங்கம்மா சத்திரத்து ஸ்டாப்பில் வந்து நின்றவுடனேயே ஜெய்ஹிந்தபுரம் செல்லும் 19 வந்தது.

"அட! அதற்குள் பஸ் வந்து விட்டதே' என்று ஓரடி எடுத்து வைத்த ரகுவின் கையைப் பிடித்து நிறுத்தினான் சித்தார்த்.

"அண்ணா! உனக்கு சஸ்பென்ஸா இருக்கட்டுமே என லெட்டர் எழுதவில்லை. போன வாரம் எஸ். எஸ். காலனிக்கு வீட்டை மாற்றி விட்டோம்."

"நிஜமாகவா! ஏம்மா... அந்த விடு நன்றாய் தானே இருந்தது? ஏன் மாற்ற வேண்டும்?" இருபத்து ஐந்து ஆண்டுகள் வாழ்ந்த அந்த வீட்டின் பாசம் அவனை வருத்தியது.

"விடா அது? பொந்து மாதிரி காத்தே வராமல் இருபது குடுத்தினங்களுக்கு நடுவே தண்ணிக்கு மல்லாடி அவர்களோடு அல்லல் பட்டு நரக வேதனையை அனுபவிச்சது போதாதா? இந்த புது வீட்டில் மாடி போர்ஷன் காத்து பிச்சுண்டு போறது. கார்ப்பொரேஷன் குழாய் கீழே இருபத்தி நாலு மணி நேரமும் வருது. தவிர ஓவர் ஹெட் டாங்க் இருக்கு. மொத்தத்திலே நாங்க பட்ட கஷ்டத்திற்கு உன் வடிவில் விடியல் வந்து விட்டது" என்று அம்மா உணர்ச்சி பொங்க பேசிய போது ரகு கரைந்து போனான்.

அம்மா சொன்னது உண்மைதான். அவர்கள் பட்ட கஷ்டங்கள் கரையத்துவங்கி விட்டன. வீடு வசதியாக பெரிதாக இருந்தது. தவிர இந்த புது வீட்டில் மிக்ஸி, பேன், காஸ் சிலிண்டர், குக்கர் என பல புதிய சாமான்களும் சேர்ந்திருந்தன. ஒவ்வொருவரும் ஒன்றைக் காட்டி பெருமை பட மகிழ்ந்து போனான் ரகு.

"அண்ணா! இந்த மிக்ஸியை மாதத் தவணையில் வாங்கினோம். அடுத்த மாசத்தோடு முடியறது. அடுத்து கிரைண்டர் வாங்கணுமென்று சொல்லி விட்டேன். பாவம் அம்மா! இட்லி தோசைக்கு அரைத்து அரைத்து கையெல்லாம் காய்ஞ்சு போய் விட்டது."

"அண்ணா! இந்தப் புடைவையைப் பார்த்தாயா? அடுத்த தெரு சம்பகம் மாமி தவணை முறையிலே புடைவை விற்கிறாங்க. இப்பொ அங்கேதான் வாங்கினோம். அடுத்த மாதத்திலிருந்து பாண்ட், ஷர்ட் கூட விற்கப் போறாளாம். சித்தார்த்துக்கும் வாசுவிற்கும் அங்கேயே வாங்கலாம்."

இப்படியாக ஆளுக் கொன்றாக சாமான்களை காண்பித்து இதற்கு காரணகர்த்தாவாகிய ரகுவை பெருமையுடனும் நெகிழ்ச்சியுடனும் புகழ்ந்த போது ரகு மகிழ்ந்து போனான்.

வந்து நான்கு நாட்கள் ஓடிவிட்டன. இன்றாவது பாஸ்கரின் வீட்டிற்குப் போய் அவனது வீட்டினரைப் பார்த்து விட்டு அப்படியே பாஸ்கர் கொடுத்தனுப்பிய பணத்தையும் கொடுக்கலாம் என நினைத்து கிளம்பிய போது — "அண்ணா! பரண் மேலேயிருந்து அந்த துணி மூட்டையை எடேன். உனக்கு ஊருக்கு கொண்டு போக பட்சணம் பண்ண அம்மா சமையல்கார மாமியை போட்டிருக்கா இல்லையா! அந்த மாமியோட பொண்ணு கட்டிக்க புடைவைகளே இல்லையாம். அதான் என்னோட பழைய புடைவையைத் தரலாமென்று இருக்கேன்" என்று நளினா கூற பரணிலிருந்து துணி மூட்டையை இறக்கினான்.

மூட்டையைப் பிரித்த தங்கை பரபரவென தேடி ஒரு புடைவையை எடுத்து இதைத் தரலாம் இல்லே? என்று அதை உதறிக் காட்டினாள்.

அதை வாங்கிப் பார்த்த ரகு 'ஏம்மா நளினா! இந்த புடைவை கிழியவே இல்லையே? நீயே வீட்டில் கட்டலாமே" என்றான்.

"போ அண்ணா! இலேசா சாயம் போயிடுத்து பார். இதெல்லாம் இனிமேல் கட்டணுமென்று எனக்கென்ன தலையெழுத்து. கை நிறைய சம்பாதிச்சு அனுப்பற என் அண்ணா இருக்கையிலே." என்று தலையை செல்லமாக அசைத்து சிணுங்கினாள்.

இரண்டு முறை தைத்து கிழிந்து போய் மூன்றாம் முறை தைக்க முடியாமல் ஒட்டுப் போட்டு கட்டிக் கொண்டு வளைய வந்த பழைய நளினியை நினைவு கூர்ந்த ரகு கண்களில் துளிர்த்த நீரை அடக்கிக் கொண்டு வாஞ்சையுடன் அவளது தலையை வருடிக் கொடுத்தான்.

பின் பாஸ்கரின் வீட்டிற்குச் சென்றான்.

சேப்பங்கிழங்கை மொறு மொறு வென்று வறுக்க எண்ணெய் அதிகம் வேண்டும். வேக வைத்த கிழங்கைக் கத்தியால் மெலிதாகச் சீவிய பிறகு வறுத்து எடுங்கள். வறுவல் மாதிரி சுவையாகஇருக்கும். அதிகஎண்ணெயும் வேண்டாம்.

— இந்திரா.



“என் குடும்பம் டிபன் நேரத்தை
ஆவலுடன் எதிர்பார்க்கிறது, நானும் கூட.
டிடிகே ரைஸ் சேவைக்கு நன்றி.”

புஷ்பா - குடும்பத்தலைவி.



மிக சௌகரியம். மிக மிக எளிது. டிடிகே அளிக்கும் மற்றுமொரு தரமான தயாரிப்பு.

நான் செய்வதெல்லாம் தண்ணீரில் சேவையை அமிழ்த்துவதுதான். தாளித்துப் பரிமாற உடனடியாக சேவை தயார்.

இப்பொழுதெல்லாம் என் குடும்பம் சுவையான டிபன் வகைகளை ஒவ்வொரு நாளும் பெறுகிறது.

ஒவ்வொரு 500 கிராம் பாக்கெட்டினுள்ளும் இலவச உணவுக்குறிப்புப் புத்தகம் உள்ளது.

500 கிராமின் விலை ரூ. 12/-



200 கிராமிலும் கிடைக்கிறது.

TTK ரைஸ் சேவை

சுவை அபாரம்
செய்வதில்
இல்லை பாரம்!

TTK தயாரிப்பு

MAA COMMUNICATIONS 1338 TAM

பாஸ்கரின் வீடும் மாறவில்லை. அந்த வீட்டிலும் அந்த வீட்டிலுள்ளவர்களிடமும் ஏதும் மாற்றமில்லை. இட்லிக்கு அரைத்துக் கொண்டிருந்த பாஸ்கரின் அம்மா ரகுவைக் கண்டதும் மகனையே நேரில் கண்டது போன்ற உணர்வில் அவனை மகிழ்ச்சியுடன் வரவேற்றாள்.

பாஸ்கர் ' கொடுத்தனுப்பியதாகச் சொல்லி ஆயிரம் ரூபாயைக் கொடுத்ததும் 'அவனும் லெட்டர் போட்டிருக்கான் ரகு. இந்த ஆயிரம் ரூபாயில் நல்ல தையல் மிஷின் வாங்கிக் கொள்ளும்படி எழுதியிருக்கிறான் என்றாள்.

''மாமி! நான் சொல்கிறேனென்று தப்பாய் எண்ணாதீர்கள். இப்பொ மெஷினுக்கு என்ன அவசரம்? இந்த ஆயிரம் ரூபாயை கட்டி மேற் கொண்டு தவணை முறையிலே பணத்தைக் கட்டி ஒரு மிக்ஸி வாங்கிக்கலாம் இல்லையா?''

''அதெல்லாம் எதற்கப்பா? ஆட்டுக் கல்லும் அம்மியும் பழக்கமாயிடுத்து. தையல் மிஷின் வாங்கினா கலாவும் ஜெயாவும் பாவாடை ஜாக்கெட் என்று தைத்தால் கொஞ்சம் பணம் சேர்க்கலாமே? அதான் அவன் லெட்டர்லே எழுதினபடி இரண்டு பேரும் தையல் கிளாஸ்லே சேர்ந்து ரொம்ப நல்லாத் தைக்கக் கத்துண்டாச்சு. தையல் மிஷினை வாங்கினா அது மூலம் நாலு காசு சேர்க்கலாம். பாவம்! அவன் ஒருத்தனே சம்பாதித்து மூன்று பேரையும் கரையேத்த முடியுமா? அப்படியும் கண் காணாத தேசத்திலே போய் சம்பாதித்து முள்ளங்கி பத்தையா டாண்ணு ஐநூறு ரூபாயை அனுப்பறான். தவிர ஃபேன் வாங்கு என்று மூணு மாசம் முன்னாலேயே பணம் அனுப்பினான். இப்பொ தையல் மிஷின் வாங்க உங்கிட்ட பணம் கொடுத்தனுப்பி இருக்கிறான். குழந்தை நன்னா இருக்கணும்'' என்று குரல் தழதழக்க கண்களைத் துடைத்துக் கொண்ட அம்புஜத்தை பார்த்த ரகுவிற்கு மனது இம்சை செய்தது.

அம்மா! நீங்க நினைக்கிற மாதிரி உங்க பையன் இல்லே. தனக்குன்னு மாசா மாசம் ஒரு தொகையை சேர்த்துண்டு வரான். இந்த ஒரு வருடத்திலேயே ஐயாயிரம் ரூபாய் சேர்த்து விட்டான் உங்க பையன் என்று கூறத் துடித்த மனதைக்கட்டு படுத்திக் கொண்டு 'பளிச்' என்று நல்ல உடைகளோடு ஜொலித்த தன் தங்கைகளோடு பாஸ்கரின் தங்கைகளையும் ஒப்பிட்டு பார்த்து கனத்த இதயத்துடன் விடை பெற்றான்.

அதன் பின் அவனால் ஏனோ பாஸ்கருடன் மனம் கலந்து பேச முடியவில்லை. அதற்கு ஏற்றாற்போல் அவனுக்கு வேறு

சில நாட்களில் நாம் ''அடை''க்கு அரைத்து வைத்திருக்கும் சமயம் எதிர்பாராத விருந்தாளிகள் வந்து, ''அடை போதுமா?'' எனச் சந்தேகம் வரும் சமயம் தயங்காது ஒரு தம்ளர் ஜவ்வரிசியைக் களைந்து மாவுடன் சேர்க்கவும். 15 நிமிடம் கழித்து வார்க்கவும். வாழைப்பூ, தேங்காய், கோஸ், வெங்காயம் போட்டு வார்ப்பது போல் இதுவும் மிருதுவாகவும் பார்க்க முத்து முத்தாக அழகாகவும் இருக்கும்.

— சுகந்தி.

கிளைக்கு மாற்றலாகி விடவே பாஸ்கரின் தொடர்பை அதைச் சாக்கிட்டு துண்டித்துக் கொண்டான்.

ஐந்து ஆண்டுகள் உருண்டோடி விட்டன. அன்று ஆபீஸிலிருந்து வீடு திரும்பிய ரகு அறையில் கீழே விழுந்திருந்த கல்யாணப் பத்திரிகையைப் பிரித்தான்.

பாஸ்கரின் இரு தங்கைகளுக்கும் ஒரே நாளில் நடக்க விருந்த திருமணத்தைப் பற்றிய தகவலைத் தெரிவித்த அந்த பத்திரிகையுடன் கட்டாயம் அவனை வரச் சொல்லி வற்புறுத்தி பாஸ்கரின் கடிதமும் இருந்தது.

அட, இரண்டு பேருக்குமே கல்யாணம் நிச்சயமாகி விட்டதா என்று வியந்தவனுக்கு தன் மூத்த தங்கையும் கிட்டத்தட்ட அந்த வயதை ஒத்தவள் என்ற நினைப்பு வந்தவுடன் இந்த கல்யாணத்தை சாக்கிட்டு ஊருக்குபோய் நளினாவின் கல்யாணத்தைப் பற்றி பேசணும் என்று நினைத்தான்.

அதன் படியே லீவ் பெற்று வீடு வந்ததும் அம்மாவிடம் கேட்டான். "அம்மா! நளினாவிற்கு ஏதாவது வரன் பார்த்திருக்கிறாயா அம்மா! அவளுக்கு இருபத்தி ஐந்து வயதாகி விட்டது இல்லையா?"

'நானே உன் கிட்டே பேசணுமென்று இருந்தேன் ரகு. வெறும் கை முழம் போடுமா? குறைஞ்சது முப்பதினாயிரம் ரூபாயாவது வேண்டுமே? உன்னாலே புரட்ட முடியுமா? நீ ஏதாவது சேர்த்து வச்சிருக்கயா?

" என்னம்மா? நான்தான் சம்பாதிக்கிற பணத்தை உங்களுக்கு அப்படியே அனுப்பி வைக்கிறேனே? நீங்கள் சேர்த்தால் தான் உண்டு."

"எங்கேப்பா! விலைவாசி உயர்ந்துண்டே போறது. நீ அனுப்புற பணத்திற்கு தகுந்த மாதிரி செலவும் ஆயிண்டு வரது. ஏதோ நகைச் சீட்டிலேயும் பாத்திரச் சீட்டிலேயும்

சேர்ந்து தோடு, மூக்குத்தி, செயின் வாங்கி கொஞ்சம் பாத்திரமும் வாங்கி வச்சிருக்கேன். இது போதுமாப்பா கல்யாணத்திற்கு."

"ஏம்மா! நளினா ஏதோ ஸ்கூல்லே வேலை பார்க்கிறாளே? அந்தப் பணத்தை அப்படியே பாங்கிலே போடலையா?"

"போறுமே! அவ தர்ற ஐநூற்று அறுபது ரூபாயிலே என்னத்தை சேர்க்க முடியறது? வேலைக்கு போறதாலே பளிச்சின்னு கட்டிக்க புடைவை வாங்க வேண்டியிருக்கு. புடைவை முன்னூறு, முன்னூற்று ஐம்பது என்று விக்கறது. அதற்கு தகுந்தாப்பலே பிளவுஸ், பெட்டி கோட் என்று வாங்க வேண்டியிருக்கும். அப்புறம் என்னத்தை பாங்கிலே போடறது?

ரகு மௌனமானான். பீரோவில் அடுக்கடுக்காய் இருந்த நளினாவின் புடைவைகள் அவனை மேலே பேச வைக்கவில்லை.

"அது சரி! இந்த வாசு பிளஸ் டூ விலே பெயிலாகி விட்டானே. அவனைக் கண்டிச்சு படிக்க வைக்கக் கூடாதா?"

நான் என்னப்பா செய்யறது? அவன் என் சொல்படி எங்கே கேட்கிறான்? சிநேகிதாளோட ஊரைச் சுத்திட்டு மீதி நேரத்திலே தூங்கியே பொழுதைக் கழிக்கிறான். போதாதற்கு இன்று டி.வி சனியன் வேறு அவனைப் பாழாக்கிறது.

அவனது பார்வை ஹாலின் ஓரத்தில் இருந்த டிவியின் மீது விழுந்தது.

"ஏம்மா? இது கலர் டி வி இல்லே?

"ஆமாண்டா! முந்தாநாள் தான் பிளாக் அண்ட் வொயிட்டை இரண்டாயிரம் ரூபாய்க்கு கொடுத்து நீ அனுப்பிய போனஸ் மூவாயிரத்தையும் போட்டு வாங்கியது மீதியை தவணையில் கொடுக்கலாம்.

ஏம்மா! ஏதோ டிவியிலே படம்னு பார்த்தால் போதாதா? எதுக்கு கலர் டிவி எல்லாம்."

"என்னவோ குழந்தைகளெல்லாம் ஆசைப் பட்டா. மாசம் ஒரு தடவை டெக்கை வாடகைக்கு எடுத்து நாலு படம் பார்த்துடறோம். இப்பொ வர படம் கலர் படமான்னா இருக்கு. அதான் நளினாவோட ஏற்பாடு இது. சரி சரி. உன் பிரண்ட் பாஸ்கரோட தங்கைகள் இரண்டு பேருக்கும் கல்யாணம். சாயந்திரம் ஜானவாசத்திற்கு போகணும்.

"ஆமாம், முந்தா நாள் பாஸ்கர் வந்து கூப்பிட்டு விட்டு போனான். அது சரி, அவனும் உன்னை மாதிரி தானே சம்பளம் வாங்கறான்? அவனாலே எப்படி ஒரே சமயத்திலே இரண்டு பேருக்கும் கல்யாணம் பண்ண முடிஞ்சுது. அவனைப் பார்த்து கேட்டு நீயும் கடனுக்கு ஏற்பாடு செய்தால்

நளினாவிற்கும் வரன் பார்க்கலாம்.

கனத்த இதயத்தோடு ரகு தலையை ஆட்டினான்.

பாஸ்கர் ரகுவைக் கண்டதும் ஓடிவந்து அவன் கைகளைப் பற்றி வரவேற்றான்.

பாஸ்கர் தன் தங்கைகள் இருவருக்கும் கூடிய வரை நன்றாகவே செய்திருந்தான். கல்யாணமும் ஆடம்பரமில்லாமல் எளிமையாக ஆனால் நன்றாக நடந்தேறியது.

ரகு ஆச்சர்யம் தாங்க முடியாமல் விடை பெற வந்த போது பாஸ்கரைக் கேட்டு விட்டான், 'பாஸ்கர்! உன்னால் எப்படியடா இவ்வளவு பணத்தைப் புரட்ட முடிந்தது.'

"ரகு! இதற்கு விடை ரொம்ப சிம்பிள்டா. என் குடும்பத்திற்கு என்ன தேவையோ அந்த தொகையை மட்டும் அனுப்பி மீதியை பாங்கில் போட்டேன். என் தங்கைகளும் பணத்தின் அருமையை உணர்ந்து நேரத்தை வீணாக்காமல் தையல் கற்றுக் கொண்டு அதன் மூலமும் பணத்தை சேர்த்தனர். ஆக குருவி சேர்க்கிறாப் போல சேர்த்து மீதியை நம் ஆபீஸில் கடன் வாங்கி கல்யாணத்தை நடத்தி விட்டேன். தம்பியும் சம்பாதிக்க ஆரம்பித்து விட்டான். அடுத்தவளுக்குக் கல்யாணத்திற்குப் பணம் சேர்க்க வேண்டியது அவன் பொறுப்பு என்று கூறி என் தங்கையின் பேரில் மாசம் 500 ரூபாய் கட்ட ஏற்பாடு செய்து விட்டேன். அதனாலே இந்த கல்யாணக் கடன் முடிந்ததும் ஜயாவிற்கு லைன் கிளியர்."

ரகு யோசித்தான். பாஸ்கரைப் போன்று விழிப்போடு திட்டமிடாமல் பாசம் என்ற உணர்வை முன்னிருத்தி கண் மூடித்தனமாக நாம் செயல் பட்டதன் விளைவு என்ன? என் வீட்டில் உள்ளவர்கள் என்னை சுமைதாங்கி யாக்கி விட்டு தாங்கள் வசதியை அனுபவித்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். என்னைப் பற்றியோ என் எதிர் காலத்தைப் பற்றியோ யாரும் யோசிப்பதாய் தெரியவில்லை. இரண்டு தங்கைகளையும் கரையேற்றி இந்த குடும்பத்தை செட்டில் பண்ணி எனக்கென்று ஒரு குடும்பம் அமைய எத்தனை வருடங்களாகுமோ?

பாஸ்கர் அவன் தோளை ஆதுரமாகத் தட்டினான். உன் மனம் எனக்குப் புரிகிறது ரகு? நானும் உனக்கு ஆரம்பத்திலேயே உன்னிடம் இதைத்தான் வலியுறுத்த விரும்பினேன். ஆனால் நீ என்னை சுயநலக்காரன் என்று கூறி ஒதுக்கி விட்டாய்.

சுய நலம் என்பது ஒவ்வொருவரிடமும் உள்ளது. அதனால் நாம் காட்டும் பாசமும் பரிவும் ஒரு கட்டுக்குள் இருக்க வேண்டும். கண்மூடித்தனமான பாசம் நம்மை மூழ்கடித்து விடும்டா?"

ரகு மௌனமானான்.



1. இரண்டு ஜெர்மனிகளும் இணைந்தால் தங்கள் அடையாளங்களில் (கொடி, நாணயம் போன்ற) பலவற்றை இழந்தாலும் பொருளாதார மேம்பாட்டைக் கருதி சந்தோஷப் படுகின்றனர் 'கிழக்கு ஜெர்மனி' வாசிகள். ஆனால் 'ஜாவலின் த்ரோ'வில் உலக சாதனை படைத்த பிட்டர் பெல்கே என்ற விளையாட்டு வீராங்கனை வருத்தத்தில் ஆழ்ந்துள்ளார். "ஆயிரம்தான் சொன்னாலும், உலகத்தில்வேறு எந்த நாட்டிலும் (மேற்கு ஜெர்மனி உட்பட) இல்லாத அளவு கிழக்கு ஜெர்மனியில் விளையாட்டு வீரர்களுக்கு எக்கச்சக்க அரசு ஆதரவும், வசதிகளும் உண்டு. இனி அவையெல்லாம் பகல் கனவுதான்" என்கிறார் அவர்.

* பிட்டர்பெல்கே







* கீதா ரெட்டி

2. ஆந்திரப் பிரதேச மாநில அமைச்சர் டாக்டர் கீதா ரெட்டி சமீபத்தில் செய்த ஒரு செயல் பலரது பாராட்டுக்களையும், சிலரது எதிர்ப்புகளையும் இவருக்குப் பெற்றுத் தந்திருக்கிறது. அமைச்சருக்குச் சொந்தமான ஒரு நர்சிங்—ஹோமில் சேர்ந்த ஒரு பெண்ணின் பிரசவம் மிகவும் சிக்கல் நிறைந்ததாகி விட்டது. தன்னுடைய அரசு வேலைகளையெல்லாம் கேன்சல் செய்து விட்டு அந்தப் பெண்ணுக்கு ஆபரேஷனை வெற்றிகரமாக முடித்தார் அவர். ஒரு அமைச்சர் எப்படி வேறு ஒரு லாபம் ஈட்டும் தொழிலைச் செய்யலாம்? தன்னுடைய நர்சிங் ஹோமைத் தவிர வேறு ஏதாவது மருத்துவமனையில் இது போன்ற ஆபரேஷனை அமைச்சர் செய்திருப்பாரா? என்றெல்லாம் எதிர்க்கட்சியினர் குற்றம் சாட்டினாலும், மனிதாபிமானக் கண்ணோட்டத்துடன் அமைச்சரின் செய்கையைப் பாராட்டியவர்களின் எண்ணிக்கை அதிகம்.



3. லண்டனிலுள்ள தேசிய ஓவியக் கூடத்தில் வைப்பதற்காக எலிசபெத் ராணியின் ஓவியம் ஒன்றை வரைந்து கொடுக்குமாறு பிரபல ஸ்காட்லாந்து ஓவியர் அலிசன் வாட்டை பிரிட்டிஷ் அரசு கேட்டுக் கொண்டது. இதற்காக ஐந்து மணி நேரம் மாடலிங் செய்தார் ராணி. 'தலையில் தொப்பி இல்லாமல், புன்சிரிப்பு இல்லாமலா அரசியை வரைவது!' என்று மக்களில் பலர் விமர்சித்தனர். ஓவியரோ, ''வழக்கமான விதத்தில் ராணியை வரையாமல், அவரது மன உறுதியை ஓவியத்தில் கொண்டு வர முடிந்ததில் எனக்கு வெற்றியே'' என்று சொல்ல, ராணியும் ஒப்புக் கொண்டிருக்கிறார்.



4. 1972ல் ஒலிம்பிக்ஸில் ஜிம்னாஸ்டிக்ஸில் சாதனை படைத்த ரஷ்ய வீராங்கனை ஓல்கா சமீபத்தில் ஓர் இயக்கத்தைத் தொடங்கியிருக்கிறார். செர்னோபில் அணு விபத்தால் பாதிக்கப்பட்ட சோவியத் நாட்டுக் குழந்தைகளுக்கு ஆதரவு கோரி, நன்கொடைகள் திரட்டி, அவர்களுக்கு மிக உயர்ந்த மருத்துவ உதவி கிடைக்கச் செய்யும் முயற்சியின் வெளிப்பாடுதான் அந்த இயக்கம். ஓல்காவும் செர்னோபில் விபத்தால் பாதிக்கப்பட்டவர் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது (இவரது பிட்யூட்டரி சுரப்பிகள் பெரிதாகியுள்ளனவாம்).



5. நடாலியா ஜுபோவா என்பவர் ஹூஸ்டனில் (அமெரிக்கா) உள்ள ஹோமியோபதி மருத்துவக் கழகத்தின் தலைவராக விளங்குகிறார். முதுகெலும்புப் பிரச்னைகளை மின்காந்த அலைகள் மூலம் சரிசெய்ய பயோ எனர்ஜி முறைகளைக் கண்டு பிடித்துள்ள இவர் ஒரு ரஷ்யர். ஹோமியோபதி மருத்துவம் ரஷ்யாவில் அங்கீகரிக்கப்படாததால் அமெரிக்காவுக்குச் சென்று படித்துப் பட்டம் பெற்றவர்.

6. போலீஸ் வன்முறையால் தங்கள் மாநிலத்தில் இறந்தவர்களின் மனைவிமார்களுக்கு வேலை வாய்ப்பளிக்க பீஹார் அரசு முடிவெடுத்துள்ளது. ஆனால் அதற்காக அந்த அரசு விதித்திருக்கும் இரு நிபந்தனைகள்தான் மனதை நெருடுவதாக உள்ளன. வேலையில் சேர்த்துக் கொள்ளப்பட்ட அந்த விதவை மனைவிகள் மீண்டும் திருமணம் செய்து கொள்ளக் கூடாதென்றும், இறந்தவனின் குடும்பத்தை அம்மனைவி கடைசி வரை கவனித்துக் கொள்ள வேண்டும் என்பதும்தான் அந்த நிபந்தனைகள்!

— ஜி. எஸ். எஸ்.


"J.K. Metals – the pioneers in the manufacture of kitchen appliances from Salem Stainless Steel Sheets. Made under stringent quality control, the product range includes Water Filters, Rice Cookers, Idli Cookers, Travelling Sets, Milk Boilers & Sauce Pan. All products carry the impeccable quality stamp "Expresso" – the household brand for Kitchen Appliances".
Housewive's choice...
Expresso Kitchen Appliances.
PRESSED
Expresso
Travelling Set
* Handy to carry food for the family on travel.
* Easy to handle.
* Durable.
Rice Cooker
* Filts starch and gives you tastier rice.
Milk Cooker
* Converts heat & boils milk faster.
* Retains heat for a longer time.
Frying Pan
* Economical
* Convenient
Sauce Pan
* Durable
* Easy to handle
Water Filter
* Single Piece.
* Deep drawn process.
* Lab tested candles.
* Available in different sizes.
STAINLESS STEEL
Expresso
Stamp of Quality
Mfrd by : J.K. METALS
199, Mint Street, Madras – 600 001. Ph: 568800
Idly Cooker
* Cooks quick
* Soft and tastier idlies

Canco/922

உன் கணவருக்கு நல்ல உத்தியோகம். சிறந்த அறிவாளி. உயர்ந்த பேச்சாளர். இதையெல்லாம் நீ நன்கு உணர வேண்டும். குழந்தை மாதிரி சிரித்துக் கொண்டும், ஆடிக் கொண்டும் காலம் தள்ள முடியாது. உன்னை நீ மாற்றிக் கொள்ள வேண்டும்" — இது என் பாட்டியின் வழக்கமான பல்லவி.

"இதென்ன பெரிய விஷயம். அவரவருக்குக் குடியும் குடித்தனமும் அமையும் போது, மாறத்தானே வேண்டும்! அம்மா வீட்டில் இருப்பது போல் முடியுமா?"

என யாரும் முணுமுணுக்க வேண்டாம். என் கஷ்டம் எனக்கு. அப்படி ஒன்றும் முன் பின் தெரியாத குடும்பத்தில் என்னைக் கொண்டு 'பொத்'தென்று போட்டு விட வில்லை என் குடும்பத்தினர். என் சிறு பிராயத்திலிருந்தே எங்களுக்கு நன்கு பழக்கப்பட்ட இடம்தான் என் கணவரின் இடம். ஆனால் அப்பொழுதே இந்த ஹிட்லர் மீசையும், 'உம்'மென்ற முகமும், சிரித்தே தெரியாத வாயும் என்னை அச்சுறுத்தும். வாழ்க்கையில் நாளை நடப்பதை யார் அறிவார். அவ்வகையில்தான் நான் அவருக்கே மனைவியாக வந்து சேர்ந்தேன்.

ஒரு மனிதருக்கு என்ன உணவு பிடிக்கும் என்பதை நீங்கள் எப்படி அறிவீர்கள்? அவர் உண்பதைப் பார்த்தோ அல்லது சொல்லக் கேட்டோதானே? ஆனால் இங்கே அதெல்லாம் ஒத்து வராது. சர்வோதயக் கொள்கை. இலையில் வைக்கப்பட்ட எந்த உணவும் வீணடிக்கப்பட மாட்டாது.

பாதால் அல்வாவோ வேப்பங்காய்த் துவையலோ ஒரே போல் உண்ணும் சலனமற்ற முகம். நாமாக வலியச் சென்று,

"சாப்பாடு நல்லாயிருக்கா?" என்று கேட்டால்,

"நல்லாயிருந்தது"

என்ற சுருக்கெழுத்து பதில். நான் என்ன செய்வது? பின் எனது அதிதீவிர புத்திசாலித்தனத்தால் நான் ஓர் உண்மையைக் கண்டுபிடித்தேன். எந்தப் பண்டம் பிடிக்கவில்லையோ, அதைக் கண்ணெதிரில் கூட இருக்க விடாமல் உடனே விழுங்கி விடுவார். இது தெரியாத பலர் 'இதை முதலில்



என் புருஷன்தான்

சாப்பிடுகிறாரே. இவருக்கு ரொம்பப்பிடிக்கும் போலிருக்கு' என்று பலமுறை பரிமாறுவார்கள். இவரும் வாயைத் திறந்து 'இது எனக்குப் பிடிக்காது' எனச் சொல்லாத கல்லுளி மங்கர். அதையும் வாயில் போட்டுத் திணித்து விடுவார்.

இதற்கெல்லாம் நேர்மாறான குணம் எனக்கு. அழுதாலும் சிரித்தாலும் அவரவர் தானே பிள்ளை பெற்றுக் கொள்ள வேண்டும்? ஆதலால் வாழ்நாட்களைச் சந்தோஷமாகவே வாழ்ந்து விடுவோம் என எதிர்நீச்சல் போடும் எண்ணம். கோபமும் சட்டெனை மூக்கின் மேல் ஏறி புஸ்வர்ணமாக உதிர்ந்துவிடும். ஆனால் இங்கு என்னால் கோபப்பட முடியவில்லையே? சண்டை போட எதிர் ஆள் இல்லாமல் நான் எப்படிக் கோபப்பட முடியும்?



இவரது பேச்சும் ரேஷன் கடைதான். 'ஆம்.' 'இல்லை.' 'சரி' போன்ற தந்தி வாக்கியங்கள். ஆனால் பொது மேடையில் ஏறினால் மடைதிறந்த வெள்ளம். ஒரு முறை இவரின் சொந்தக்காரர் அவர்கள் குடும்ப விழாவிற்கு வருந்தி வருந்தி அழைக்கவே அங்கு சென்றோம். உள்ளே நுழைந்தவுடன் எல்லோருக்கும் சைகையில் ஒரு பெரிய வணக்கம். 'எல்லோரும் நல்லாயிருக்கிங்களா?' எனக் கேட்டு மூடிய இவர் வாய் மறுபடி சாப்பிடும் போது மட்டுமே திறந்தது. 'போதும்' 'வேண்டாம்' இவை கூட சைகை மொழியில்தான். உணவு முடிந்தவுடன் என்னை ஒரு பார்வை பார்த்தார். பழக்கத்தின் காரணமாக எனக்கு உடனே புரிய வேண்டும். அதன் பொருள் 'போகலாமா?' என்பது!

''அப்ப நான் வர்றேன்'' மறுபடியும் ஒரு வணக்கம். மூன்று வினாடி மட்டுமே காணக்கூடிய ஒரு ரெடிமேட் புன்னகை. (மனத்தில் மகர ஜோதி என நினைப்பு) எல்லோரும் இவருடன் என்னால் எப்படிக் காலம் தள்ள முடிகின்றது என ஆச்சரியமாகப் பார்த்தனர்.

ஒரு நாள் மாலையில், ''எனக்குப் பொழுது போகவில்லை. எங்காவது வெளியில் சென்று வரலாம்'' என்றேன். ''சரி'' என இவர் கூறவும் ஓடி ஓடி வேலைகளை முடித்துத் தயாரானேன். கோவிலோ, சினிமாவோ, ஓட்டலோ எங்காவது செல்லப் போகிறோம் என என் மனம் குதூகலித்தது. இப்பொழுதாவது இவருக்கு நல்ல புத்தி தோன்றியதே எனக் கனவுகளில் மிதந்தேன்.

சாயங்காலம் வந்தார் மனிதர். என்னை அருகிலிருக்கும் நூலகத்திற்கு அழைத்துச் சென்றார். மெம்பராக்கினார். அங்கு கிடைக்கக் கூடிய நூல்களைப் பற்றி விளக்கினார். பின் ஓய்வு கிடைக்கும் பொழுதெல்லாம் பல்வேறு நூலகங்களுக்குத் 'தர தர'வென இழுத்துச் செல்ல ஆரம்பித்தார்.

இயற்கையிலேயே இவர் ஒரு புத்தகப் புழு. வீட்டிலேயே ஒரு நூலகம். குறைந்தது ஆயிரம் புத்தகங்களாவது இருக்கும். இது தவிர ஷோ கேஸ், துணி வைக்கும் அலமாரி இப்படி எல்லா இடங்களிலும் புத்தகங்களைக் கொண்டு நிரப்பி விடுவார். தமிழ்ப் பற்று அதிகம். மும்மொழிப் புலவர். விஞ்ஞானம், தத்துவம், பௌதிகம் என தமக்குச் சம்பந்தம்

உள்ள, இல்லாத எல்லாப் புத்தகங்களையும் படிப்பார். 'பொழுது போகாத நேரங்களில் இப்புத்தகங்களில் இருந்து குறிப்பெடு' என்பார். இப்படியாக 'வெளியே போகும்' என் கனவு கலைந்து வம்பை விலை கொடுத்து வாங்கினேன் நான். எனக்கு வாய்த்த நாத்தனாரும் இதே ரகம் தான். இவர்களுக்குத் தாங்களே முற்பிறப்பில் ஔவையாராகவும், கம்பராகவும் வள்ளுவராகவும் பிறந்த நினைப்பு.

ஒரு நாள் நடுநிசி. 'தொப்' தொப்' பென்று ஏதோ சத்தம் வர, எழுந்த நான், இவர் தம் அருமை நூலகத்தின் அருகே நரசிம்மஅவதாரம்போல் நிற்கக்கண்டு நடுங்கி விட்டேன். 'என்ன?' என மெதுவாகக் கேட்டேன்.

"இங்கே நான் வைத்திருந்த தொல்காப்பியத்தின் சொல்லதிகார உரை எங்கே?"

எனக் குதித்தார். தொல் காப்பியமே சரியாகத் தெரியாத நான் பாதி இராத்திரி பன்னிரண்டுமணிக்குச்சொல்லதிகாரத்தை எங்கு சென்று தேடுவேன்?

"எவனோ திருடிவிட்டான்" என இவர் குற்றம் சாட்ட, எனக்குப் பற்றிக் கொண்டு வந்தது. வீடு தேடிக் கஷ்டப்பட்டு வரும் திருடன் வேலை மெனக்கெட்டு இந்த ஒரு புத்தகத்தை மட்டும் திருடுவானா? அன்று எங்கள் வீட்டில் எல்லோருக்கும் சிவ ராத்திரிதான். மறு நாள் முதல் இந்தப் புத்தகங்களை முறைப்படி வரிசைப்படுத்த முற்பட்ட நான் காலப்போக்கில் புத்தகப் பைத்தியமானேன்.

தினம் காலைப் பொழுதும் இப்படித் தான். அச்சாகும் அத்தனை தினசரிகளுக்கும் சந்தா கட்டியே காசு கரைந்துவிடும். நம் நாட்டைப் பற்றி நம் நாட்டுப் பிரஜைகளான நாம் நன்கு தெரிந்து கொள்ள வேண்டுமாம். இவைகளை நாலும் படித்தே ஆக வேண்டுமாம். குறுக்குக் கேள்வி கேட்டு ஒழுங்காய்ப் படித்தேனா என வேறு சோதிப்பார்.



* சுமதி ஸ்ரீபால் (கேயெஸ்)

எவ்வளவு திறமையாக வேலை செய்தாலும், பாராட்டு என்பது மருந்துக்குக் கூடக் கிடையாது. அதற்காக எந்த ஒரு வேலையிலும் கவனக் குறைவு கூடாது. மிலிடரி ஸ்கூல் போல் இருந்தது. எப்படியும் இவரின் பாராட்டுதலை ஒரு முறையாவது பெற வேண்டும் என கறுவினேன். ஒரு விழா நடந்த நேரத்தில் என் திறமையை எல்லாம் அதில் கொட்டி மிகச் சிறப்பாக ஏற்பாடுகள் செய்தேன். அத்தனை வேலையிலும் இவருக்குப் புது உடுப்புத் தைக்க மறக்கவில்லை நான். விழா இனிதே முடிந்தது. அனைவரும் என்னைப் பாராட்டினர். இருப்பினும், முதல் மதிப்பெண் பெற்ற மாணவி ஆசிரியரின் வாழ்த்துக்குக் காத்திருப்பது போல் இவர் என்ன சொல்லப் போகிறார் எனக் கற்பனை செய்தேன். என்னை நோக்கி வந்த என் கணவரைக் கண்டதும் உள்ளம் துள்ளியது. அருகே வந்த இவர்,

"இந்த ஷர்ட் கொஞ்சம் லூஸாக இருக்கின்றது. நாளை டெய்லரிடம் கொடுத்து அரை இஞ்ச் பிடிக்கச் சொல்" என்று சொல்லிவிட்டுப் போய் விட்டார். 'ஹே... ஹா... ஹீ... ய்ய்' மனத்தளவில் கராத்தே. வேறென்ன செய்வது? இப்படி ஒரு மனிதர்.

இவருக்கு வாய்த்துள்ள ஓரிரு நண்பர்களும் இதே ரகம்தான். தன் நண்பர்களைப் பற்றிய பெருமை தலைகொள்ளாது என் கணவருக்கு. முதலில் பரசுராமனைப் பற்றிச் சொல்ல வேண்டும். துணிக் கடை முதலாளி. லட்சாதிபதி. ஏழு தலைமுறைக்கு உட்கார்ந்து சாப்பிட்டாலும் அழியாத சொத்து. இப்படிச் சகல வசதிகள் இருந்தும் சொந்த ஆட்டோ, டிரைவர் வைத்துக் கொண்டு நகரையே சுற்றும் கஞ்சப் பிரபு. கேட்டால், ஐந்து பெண் குழந்தைகளைப் பெற்ற பரிதாபத்திற்குரியவன் நான்' என்பார். பரம சாது.

தீவிர ஆஞ்சநேய பக்தர். விடியற்காலை ஐந்து மணிக்கெல்லாம் எழுந்து பூஜை செய்கிறேன் என்ற பெயரில் கடவுளை ஒரு மணி நேரம் கனத்த தடித்த குரலில் இரைந்து கத்தி (பாடி) கடவுளையும் அக்கம்பக்கத்தினரையும் பயமுறுத்துவார்.

ஆண்டு மலரில்...

'பெண்மணிகள் தெரிந்து கொள்க!'

– ஸ்ரீ காஞ்சி காமகோடி ஜகத்குரு சங்கராச்சார்ய ஸ்வாமிகள்

பிறகு காலை ஏழரைக்கு டிபன் சாப்பிட்டு விட்டு ஒரு மணி நேரம் படுத்துத் தூங்கி விட்டுப் பிறகுதான் வேலைக்குப் போவார். இந்திப் பண்டிதர். இந்தியில் என் கணவருக்குக் குருநாதர். பழைய, உளுத்த, கரையான் பிடித்த புத்தகங்களைத் தட்டி எடுத்துக் கொண்டு விடுமுறை நாட்களில் எங்கள் வீட்டில் அமர்ந்து விடுவார். மற்றவரை போரடிக்கின்றோமோ, கழுத்தை அறுக்கின்றோமோ என்ற எண்ணம் இவருக்குச் சற்றும் தோன்றாது.

அடுத்தவர் பூபாலன். தொழிலதிபர். வயிறு தெரியாமல் இருக்கத் தொள தொள சட்டை போட்டு மறைப்பவர். அப்போது தான் பார்ப்பவர்களுக்கு இளைத்தாற் போல் இருக்குமாம். பின் மண்டை முடியைத் தூக்கி வாரி முன் வழுக்கையை மறைக்கும் சமர்த்தர். 'வயதைக் குறைப்பது எப்படி?' என்ற தலைப்பில் ஆராய்ச்சி செய்பவர். காலை எட்டு மணிக்கு வருகிறேன் என்றால் மறுநாள் மதியம் மூன்று மணிக்குத்தான் வருவார். 'சற்று தாமதமாகி விட்டது' என்பார். யாராவது, 'ஏன் இப்படி லேட் செய்கிறீர்?' எனக் கேட்டு விடக் கூடாது. எப்படித் திறமையாகத் தாம் பல வேலைகளைச் சீக்கிரம் முடித்தோம்' என்பதைத் தொண்டைத் தண்ணீர் வற்ற விவரிப்பார். 'தப்பு, நான் கேட்டது தப்பு' என நாம் கன்னத்தில் போடும் வரை விட மாட்டார்.

பூபாலனும் என் கணவரும் சேர்ந்து செல்லாத கோயில் இடையாது. நாகூர் ஆண்டவர், மேரி மாதா என ஊர் ஊராக, மாநிலம் மாநிலமாக மத பேதமற்ற ஷேத்திராடனம். பல மணி நேரம் பல மைல்கள் இவர்கள் தொடர்ந்து ஒன்றாகப் பயணம் செய்தாலும் முத்து உதிர்த்தாற் போல் ஓரிரு பேச்சுத்தான் இருக்கும். கூடச் செல்பவர்கள் நொந்து விடுவார்கள்.

என் கணவரின் சகவாசம் பூபாலன் சைவமாக மாறினார். ஆனால் தினம் காரியாலயத்திற்கு ஒரு தனி டிபன் பாக்ஸில் ஒரே ஒரு மீன் மட்டும் எடுத்துச் செல்வார். அங்கே குடியிருக்கும் ஒரு பூனை மீன் மட்டும் தான் சாப்பிடுமாம். தன்னையே நம்பி வாழும் அந்த ஜீவனைக் காப்பாற்றும் பொறுப்பு இவர் தலையில் என்பார்.

மூன்றாமவர் ஹரி. இளைய வயது. பேச்சில் அதிவேகம். வெட்டிக் கொண்டு வா எனில், கட்டி எடுத்துக் கொண்டு வரும் திறமைசாலி. இரு துருவ குணமுள்ள இவர்களின் நட்பு பார்ப்போருக்கு ஆச்சரியமே. இவரைத் தம் போல் சாதுவாக்க வேண்டும் என்பது என் கணவரின் சதித் திட்டம். என் கணவர் 'எள்' என்பதற்குள் எண்ணெயாக மாறிப் பாத்திரத்தில் இருப்பார் இந்த ஹரி. இவர்களைத் தவிர ஓரிருவரைத் தேடிக் கண்டுபிடிக்கலாம்.

சரி. இப்படிப்பட்ட இடத்தில் நான் எப்படி மாறினேன் என்று நினைக்கிறீர்கள்? எப்படியும் இவரைக் 'கலகல' வென்று மாற்றி விடுவேன் என்று சூளுரைத்த நான் இப்பொழுதெல்லாம் அதிகம் பேசுவதில்லை. யாராவது 'வளவள' வெனப் பேசினால் பிடிப்பதில்லை. சினிமா — அதெதற்கு மூணு மணி நேரம், அங்கே போய் உட்கார்ந்து கொண்டு, அதற்குப் பதிலாக ஒரு நல்ல புத்தகம் படிக்கலாமே என்கிறேன்!

ஷாப்பிங்கா — அதிகம் சம்பாதித்து யாரும் பணக்காரர் ஆக முடியாது. சிறுகச் சிறுக சேமித்தே வாழ்க்கையில் உயர முடியும். எதற்கு அனாவசியமாக ஷாப்பிங்?

மொத்தத்தில் இந்தக் கலியுக மகா வீரரின் பிரதான சிஷ்யை நானே!

சிறுசேமிப்புத் துறை

முதலீடு செய்த அன்றே

முதிர்வுத் தொகையைப் பெறுங்கள்

முதலீடு

இன்று

காலை 10.00 மணி

முதிர்வுத்தொகை

இன்றே

இந்திய அரசின் ஒப்பற்ற பாதுகாப்பான சேவை

சிறுசேமிப்பு உங்கள் உடனடித் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்ய உதவுகிறது.

வட்டிபெற குறிப்பிட்ட நாள் வரை காத்திருக்க தேவையில்லை.

பணத்தை முதலீடு செய்த அன்றே முதிர்வுத் தொகையைப் பெறுங்கள்.

முதலீட்டிற்கு அதிகபட்ச வட்டி

திட்டம்	ஆண்டு	வட்டி விகிதம்
தேசிய சேமிப்புப் பத்திரம் 8 ஆம் வெளியீடு	5	15.82%
,,	6	16.91%
கிசான் விகாஸ் பத்திரம்	5	17.6%
,,	5½	18.18%
இந்திரா விகாஸ் பத்திரம்	5	20%

சிறப்பு அம்சங்கள்

- பாதுகாப்பான முதலீடு மற்றும் நம்பகமான வட்டி
- வங்கிகள் நிறுவனங்கள் அளித்திடாத உயர்ந்த வட்டி
- வருமான வரி மற்றும் சொத்து வரிவிலக்கு (பிரிவு 88ன்படி - NSC மற்றும் பிரிவு 5 (i)ன்படி சொத்து வரிச்சலுகை)
- பிரிவு 88ன்படி வட்டிக்கு வருமான வரிவிலக்கு
- குழந்தைகளின் பெயரில் செய்யும் முதலீட்டிற்கு பிரிவு 88ன்படி வரிவிலக்கு
- வங்கிகளில் கடன்வசதி
- வாரிசுதாரர் நியமனவசதி
- ஒரு நபரிடமிருந்து மற்றொருவருக்கு எளிதில் மாற்றக் கூடிய வசதி
- எல்லா அஞ்சலகங்களிலும் காசோலை வசதி (சேமிப்பு கணக்கிற்கு)
- உங்கள் வீடு தேடி வரும் ஏஜெண்டுகளின் வசதி.

கூடுதல் சலுகைகள்

★ ஒவ்வொரு ரூ.500/- முதலீட்டிற்கும் ஒரு பரிசுக்கூப்பன், பரிசுக் கூப்பன் மூலம் 262 பரிசுகள்.

★ ரூ.1000/-ம் அதற்கு மேலும் K.V.P., N.S.C. VIII Issue போன்ற சில குறிப்பிட்ட திட்டங்களில் செய்யும் முதலீட்டிற்கு 1% ஊக்கத்தொகை.

★ பங்கு மார்க்கட் தரகர்களுக்கு (Stock Brokers) 2% கமிஷன்

★ நிறுவனங்கள் இந்திரா விகாஸ் பத்திரத்தில் செய்யும் முதலீட்டிற்கு 10 ஆண்டுக்குப்பின் அதிகபட்ச வட்டியாக 54.66% பெறலாம்.

பரிசுப் பொருட்களின் விவரம்

1 சூப்பர் பம்பர் பரிசு	— மாருதி கார்
1 முதல் பரிசு	— பஜாஜ் ஸ்கூட்டர்
2 இரண்டாவது பரிசுகள்	— E.C கலர் டி.வி.
3 மூன்றாவது பரிசுகள்	— குளிர்பதனப் பெட்டி (165 லி)
5 நான்காவது பரிசுகள்	— மோஃபா
10 ஐந்தாவது பரிசுகள்	— தையல் மிஷின்
10 ஆறாவது பரிசுகள்	— சைக்கிள்
30 ஏழாவது பரிசுகள்	— கைக்கடிகாரம்
200 ஆறுதல் பரிசுகள்	— சுவர்க் கடிகாரம்

சேமிப்பு பத்திரம் அனைத்து அஞ்சலகங்களிலும் கிடைக்கும்

பரிசுக் கூப்பன்கள் கிடைக்குமிடம்

சென்னையில்:

மாவட்ட ஆட்சியாளர் அலுவலகம், சென்னை-5 மற்றும் அனைத்து வட்டாட்சியர் அலுவலகங்கள், மாநகராட்சி அலுவலகம், சென்னை-3 மற்றும் அனைத்து மாநகராட்சி வட்ட அலுவலகங்கள், சமூகப் பாதுகாப்பு துணை இயக்குநர் அலுவலகம், குறளகம், சென்னை-108.

மாவட்டங்களில்:

மாவட்ட ஆட்சியாளர் அலுவலகங்கள்,
வட்டாட்சியர் அலுவலகங்கள்,
வட்டார வளர்ச்சி அலுவலகங்கள்.

இயக்குநர்
சிறுசேமிப்புத்துறை
143, அண்ணாசாலை,
சென்னை-600 002.
போன்: 846209/840223

DIPR/3153/MS/90/ARIES

Gandhigram Tamilnadu

திண்டுக்கல் காயிதே மில்லத் மாவட்டம்

காந்தி கிராமம்



"சேலை விற்பனைக் கண்காட்சி!"

-ஆயுர்வேத மருந்துகள், மால்ட், தோல் பொருட்கள், சோப்பு, ஷாம்பு மற்றும் மசால்பொடி வகைகளும் விற்பனை உண்டு.

இடம்: எல்.ஆர். சுவாமி நாராயணன் கல்யாண மண்டபம்



(சிவா விஷ்ணு கோவில் எதிரில்)
உஸ்மான் ரோடு, தி.நகர், சென்னை-17.

தேதி: 2.1.1991 முதல் 6.1.1991 வரை

நேரம்: காலை 9.00 மணி முதல் மாலை 8.30 மணி வரை

துணிகளுக்கு 30% தள்ளுபடி உண்டு.

சென்னையில் இப்பொருட்கள் கிடைக்குமிடம்:

காந்திகிராமம் சிறப்பு அங்காடி
9பி, எம்.டி.எச். சாலை, பாடி
சென்னை-50

மற்றும்

காதி கிராமோதய பவன்
844, அண்ணா சாலை
சென்னை-2

SASI

SUSWAAD ன் சுவை இன்றே உங்கள் சுதவை தட்டட்டும்!

The delicious Home-made Sweets and Savouries

SUSWAAD

Home-made
SWEETS & SAVOURIES

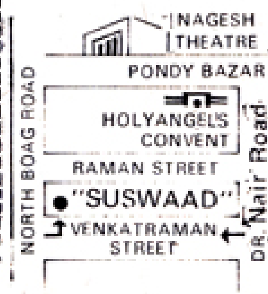
Phone : 44 23 24 P.P.

1/2.Venkatraman St., T. Nagar, Madras-17.



Our Specialities :

புழுங்கலரிசி கைமுறுக்கு,
தட்டை, சீடை, etc.
(free of Oil)
கோதுமை அல்வா,
போளி, லட்டு.
மைசூர்பாகு etc.,
கல்யாணம் மற்றும்
வைபவங்களுக்கான
சீர்வரிசைகள்



Also Available at:

C/o Unique Electronics
160-Royepettah High Road,
(Opp-தண்ணீர் துறை மார்க்கட்)
Mylapore, Madras-4. Phone: 75490.

17, Motilal Street, Narmada Flats,
T.Nagar, Madras-17.
Phone: 444568

ADSERVE

Free Home Delivery For orders above 4 Kgs (within Madras City limits)

திருமணமலர்

மணமகள் தேவை

* தென்கலை வாசிஷ்ட கோத்திரம், பரணி நட்சத்திரம் 27, 163 செ. மீ. சென்னையில் மாநில அரசாங்க உத்தியோகத்தில் உள்ள பட்டதாரிக்கு படித்த உத்தியோகத்தில் உள்ள மணமகள் தேவை. பெட்டி எண்: 5047.

* சென்னையில் தனியார் துறையில் மாதம் ரூ. 2000/- சம்பாதிக்கும் விருது வெள்ளாளர் (அசைவம்) பி. காம்., கார்த்திகை நட்சத்திரம் மணமகனுக்குப் படித்த வேலையிலுள்ள/இல்லாத 28 வயதிற்குட்பட்ட பெண் தேவை. விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 5048.

* Wanted a very fair beautiful educated employed girl below 24 years for a tall Madhwa Kannada speaking Koundinya Gothra boy 28 years, star Revathi employed in Gujarat. Reply with horoscope and other details to Box No.5049

* Alliance invited from decently employed Sengunthа Mudaliar bride, for good looking State Govt Madras employed bridegroom 35/165/1900. Reply with horoscope and family details to Box No.5050

* முதலியார் 31/172 செ. மீ./ 3000/-, சதயம், பி. ஏ. போஸ்ட் கிராஜுவேட் டிப்ளமா ப்ரொஃபஷனல் படித்துத் தனியார் துறையில் ஆபீஸ் அட்மினிஸ்ட்ரேடிவ் இன்சார்ஜ் ஆகப் பணிபுரியும் மணமகனுக்குப் படித்த மணமகள் தேவை. ஜாதகத் தொடர்பு கொள்ளவும். உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 5051.

* மிருகசீரிஷம் ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், பிரஹசரணம், 27 வயது மாத வருமானம் 2,200/— பட்டப் படிப்பு பி. எஸ்ஸி., (புள்ளியியல்) வங்கியில் வேலை செய்யும் பையனுக்கு வங்கி அல்லது மத்திய அரசாங்கத்தில் வேலை பார்க்கும் பெண் தேவை. உயரம் 170 செ.மீ., உட்பிரிவு சம்மதம் இல்லை. பெட்டி எண்: 5052.

* பூசம், ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், வடமாள், 31 வயது, மாத வருமானம் ரூ. 5,000/- எம். எஸ்ஸி. (ஜுவாலஜி) ஸயன்டிபிக் ஆபீஸர் வேலை பார்க்கும் பையனுக்கு மத்திய அரசாங்கம் (அ) வங்கியில் வேலை செய்யும் பெண் வயது 27 க்குள் தேவை. உயரம் 5'7'', உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 5053.

* சௌராஷ்டிரா, சௌனக கோத்திரம், புனர்பூசம் நட்சத்திரம், உயரம் 5'4'' வயது 29 மத்திய அரசில் பணிபுரியும் ரூ. 4500 சம்பளம் பெறும் பி.ஈ., படித்த மணமகனுக்கு அதே இனத்தில் செவ்வாய் தோஷம் உள்ள அழகுள்ள படித்த மணமகள் தேவை. பெட்டி எண்: 5054.

* சைவ வேளாளர், 32, M. Sc., B. Ed. in SGC Of P. G. Teacher, ரூ. 3000/- அரசுப் பணி. அவிட்ட நட்சத்திரம், இந்த மணமகனுக்குப் படித்த பணிபுரியும் மணமகள் தேவை. கோவை அல்லது அருகில் பணிபுரியும் பெண் விரும்பத்தக்கது. பெட்டி எண்: 5055.

* சோழிய வேளாளர், 30 வியாபாரம், மாத வருமானம் ரூ. 5000/- இந்த மணமகனுக்கு மணமகள் தேவை. ஆசிரியை/வங்கிப் பணி விரும்பத்தக்கது. பெட்டி எண்: 5056.

* அரசாங்க வேலையில் ரூ. 4000/- மாதச் சம்பளம் பெறும், அழகும், குணமும் நிறைந்த முஸ்லிம் லப்பை இனத்தைச் சேர்ந்த 37 வயதுடைய மணமகனுக்கு அழகும், குணமும் நிறைந்த குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. வரதட்சிணை தேவை இல்லை. பெட்டி எண்: 5057.

* திருநெல்வேலி, சைவ பிள்ளை, தாய், தகப்பனார், கிடையாது. சகோதரிகள் கிடையாது. ஒரு சகோதரன் மட்டும் உள்ளார். சொந்த முயற்சியால் தொழில் தொடங்கி இன்று 6 இலக்க முடைய தொகை வரவு, செலவு செய்யும் ஸ்தரமான நிறுவன உரிமையாளர், சொத்து வசதிகளும் உண்டு. அழகும், லட்சணமும் உள்ள +2 வரை படித்த மணமகள் தேவை. பெட்டி எண்: 5058.

* பெங்களூரில் தனியார் கம்பெனியில் படிப்பு டி. எம். ஈ., நல்ல உத்தியோகத்தில் உள்ள ரூ. 2000/- சம்பளத்திலிருக்கும் யாதவகுலமணமகனுக்கு, நட்சத்திரம் உத்திராடம், வயது 24, உயரம் 165 செ. மீ., எடை 58 கிலோகிராம், மாநிறம், பெங்களூரில் படித்து வேலையில் உள்ள (மத்திய அரசு, அல்லது மாநில அரசு, பேங்க், ரயில்வேயில்) யாதவ பெண் விண்ணப்பிக்கவும். மற்ற இனத்தவர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். வரதட்சிணை தவிர்க்கவும். பெட்டி எண்: 5059.

* Thuluva Vellala Mudaliar groom (clean horoscope) 28/170/3500/BE business seeks within 25 years same caste, graduate/doctors/engineers from good background. Reply bio-data, family details and horoscope to Box No.5060

* Alliance invited for smart graduate Vellala Gounder boy 30/business native Kovai having own house settled at Madras. Please contact with horoscope to Box No.5061

* Alliance invited from well settled, beautiful, domestically trained, graduate, Vania Chettiar girl for well settled post graduate teacher MSc., M.Ed. 30/170/2900. Reply with horoscope and family details to Box No.5062

* Alliance invited from educated parents of home loving beautiful wheatish complexion graduate girl 160 to 165 cms Mudaliar/Sozhia Vellala for engineering graduate officer in Central Government undertaking 26/168/4000 Chevvai dosham. Send bio-data to Box No.5063

* Wanted fair, well employed bride for Vadama, Tanjore, Koundinya, Punarpusam 35 years, graduate, State Govt. employed in Madras to Box No.5064

* Saiva Vellala Pillai groom. Strict vegetarian. SSLC/30/2400/BHEL. Employed brides invited. To Box No.5065

* Wanted from a respectable Mudaliar family a bride with excellent background between 21/23 yrs, 5'6"/5'9" post graduate/graduate, a very fair and good looking for a Tulu Vellala Mudaliar groom 25 yrs., 5'11" very fair, handsome, good looking B.E. (Electrnoics & Telecommunication) from Bombay, M.S. in Computer Engineering (U.S.A) drawing a very good salary in USA and shortly getting green card, parents settled in Bombay. Box No.5066

* Wanted Vadama, non-Sankriti fair, educated, employed (transferable job) bride from good family for boy BSc., Uthiram, 34/165/2500 Bank employed. Reply with horoscope to Box No.5067

* பெங்களூரில் ரயில்வேயில் (கலெக் அஸிஸ்டெண்ட் டிரைவர்) வேலையில் உள்ள யாதவ பையனுக்கு வயது 22. உயரம் 150 செ. மீ., ஆயில்யம், மாநிறம். பெங்களூரில் வேலையில் உள்ள (மத்திய அல்லது மாநில அரசு, வங்கி, ரயில்வே) யாதவ அல்லது (பேங்க், ரயில்வே) யாதவ பெண் விண்ணப்பிக்கவும். மற்ற இனத்தவரும் விண்ணப்பிக்கலாம். வரதட்சிணை தவிர்க்கவும். பெட்டி எண்: 5068.

* 24 மனை தெலுங்கு செட்டியார் 8 வீடு பிரிவு. வயது 25, டி.சி.ஈ., சொந்தத் தொழில் தகுதி உள்ள 16 வீட்டு மணமகள் தேவை. பெட்டி எண்: 5069.

* 24 மனை தெலுங்கு செட்டியார் 8 வீட்டைச் சேர்ந்தவர், கிராஜுவேட், தமிழக அரசு வேலையில் உள்ளவர், வயது 29, தகுந்த மணமகள் தேவை. 16 வீட்டுப் பெண் தேவை. பெட்டி எண்: 5070.

* ஸ்டேட் பாங்க் ஆஃப் இந்தியாவில் பணிபுரியும் 29 வயது, சிவந்த நிறம், 5¾ அடி உயரம் உள்ள ஆயிர வைசியர் (நகரம் செட்டியார்) வரனுக்கு வங்கி/மத்திய/மாநில அரசுப் பணியில் உள்ள/இல்லாத நல்ல பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். முழு விவரங்களுடன் ஜாதகம் அனுப்பவும். பெட்டி எண்: 5071.

* வடமாள், கௌசிகம், வயது 31, பி. யு. சி., உயரம் 5'8" தனியார் நிறுவனத்தில் ரூ. 1500/- சம்பளம் பெறும், பண வசதியுள்ள குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பையனுக்கு வேலை பார்க்கும்/பார்க்காத, நல்ல குடும்பம், ஐயர் மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 5072.

* சாத்தாத ஸ்ரீவைஷ்ணவா" இனத்தைச் சேர்ந்த 31 வயது, ரூ. 3500/- சம்பளம், நேஷனல் ஏர்போர்ட்டு அதாரிட்டி ஆஃப் இந்தியா நிறுவனத்தில் கிளாஸ் II ஆபீசராக வேலை பார்க்கும் பையனுக்கு இதே இனத்தைச் சேர்ந்த படித்த மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 5073.

* பிரஹசரணம், ஆத்ரேயகோத்திரம், சுவாதி, 29 வயதுள்ள ரூ. 1200/- மாத வருமானம் ஜெயில் வார்டன் வேலை பார்க்கும் பையனுக்கு மாநில அரசு, ஆசிரியை அல்லது நல்ல தனியார் நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் பொருத்தமான பெண் தேவை. எளிய திருமணம் போதுமானது. ஜாதகத்துடன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 5074.

* Very well to do Iyer Executive 42/160/7000 propertied divorcee without encumburances needs a beautiful, cultured, homely wife. No formalities, dowry or bars. To Box No.5075

* வடகலை ஐயங்கார், கௌசிக கோத்திரம், திருவோணம் வயது 33, 5'5," ரூ. 2200/-, பி.காம். படித்த வரனுக்குத் தகுந்த பட்டதாரி/வேலை பார்க்கும் மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண்: 5076.

* வடமாள் ஐயர், பாரத்வாஜ கோத்திரம், உத்திராடம் உயரம் 5'6" வயது 27, ரயில்வே உத்தியோகம், மாத வருமானம் ரூ. 2300/- மேற்படி வரனுக்கு அரசாங்க வேலையில் பாங்க், எல். ஐ. சி., ரயில்வேயில் வேலை பார்க்கும் அழகான குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். சென்னையில் வேலை பார்த்தல் நல்லது. வயது 23க்குள் இருக்க வேண்டும். பெட்டி எண்: 5077.

* திருச்சி மாவட்டத்தில் அரசு நிறுவனத்தில் மாதம் ரூ. 1800/-



வரை சம்பளம் பெறுகின்ற 34 வயதுடைய யாதவ நாயுடு மணமகனுக்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த கவரை நாயுடு இனத்திலோ மணமகள் தேவை. வேலையில் உள்ளவர் இல்லாதவர்கள் ஜாதகம் மற்றும் குடும்ப விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 5078.

* Alliance invited for two Srivatsa Gothram Vadagalai boys 1. SSC. 35/158/1700 star Makam, very fair, employed in Railways and 2. B.Com., 29/170/2400 star Bharani, also fair, employed in Nationalised Bank, both of Bombay. Correspond with horoscope, bio-data of girl and family details to Box No.5079

* அய்யர், ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், கேட்டை, 25/5'8"/ரூ. 3000/-, F. Y. B. Sc., சிவந்த நிறம், பம்பாயில் தேசிய மயமாக்கப்பட்ட வங்கியில் பணிபுரியும் ஒரே பையனுக்கு 25 வயதுக்கு உட்பட்ட வங்கி/மத்திய அரசு/இன்சூரன்ஸில் பம்பாயில் அல்லது பம்பாயில் மாற்றல் கிடைக்கக் கூடிய பெண் தேவை. ஜாதகம், முழு குடும்ப விவரங்களுடன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 5080.

* அரசாங்கத்தில் பணியாற்றிய சொந்தத் தொழிலும் நடத்தும் திருநெல்வேலி வேளாளர் வகுப்பைச் சேர்ந்த விவாகரத்தான நல்ல உயரமான தோற்றமுடைய மணமகனுக்குப் படித்த பணிபுரியும் அல்லது பணிபுரியாத கமிறத்தார் அதிகமில்லாத 35 வயதிற்குள் மணமகள் தேவை. தஞ்சை, திருச்சி ஜில்லாவைச் சேர்ந்த மணமகளுக்கு முன்னுரிமை தரப்படும். எம்மதமும் சம்மதம். பெட்டி எண்: 5081.

* மனைவியை இழந்த, 4 குழந்தைகள் (2 ஆண், 2 பெண்) முதல் பெண் வயது 11, கடைசிப் பெண் வயது 3 உள்ள 43 வயது நபருக்கு மணமகள் தேவை. விவாகரத்து ஆனவரானாலும் பரவாயில்லை.

PARTNER FOR LIFE A COMPUTER CHOICE

We have on our computer comprehensive data of large number of Tamil Brahmin Boys/Girls with horoscope without horoscopes eligible for marriage.

We also have facility to match horoscopes.

We also register horoscopes of boys/girls FREE OF CHARGE for circulation.

For further details please contact:

MASCON COMPUTERS MATRIMONIAL BUREAU

250/11 Shaniwar Peth, Pune-411 030. Tel: 421387/434148

OR Shri R. Vaidyanathan, G.2.C Block Mahaveer Apartment 4 Muttukadu Road, Thiruvanmiyur, Madras - 600 041. Tel: 418397

OR Shri K.S. Srinivasan, Palmist & Numerologist, Sri Apartments 1-1-780-A/12 Gandhi Nagar, Hyderabad - 500 380.

OR Smt. V. Lalitha, 2/230 Above Town Stores Opp. Koliwada Rly. Station Sion East, Bombay - 400 022. Tel: 484010

OR Shri S. Pattabhiraman, Srinivas Building, Gaothan Road No:1 Chembur, Bombay - 400 071.

OR Shri V. Vaidyanathan, A-8, Ist Floor, Sri Ganesh Kripa Mhatre Nagar, Rajaji Path Dombivli East - 421 201.

OR Shri K. Jayaraman, 6, Varadan Apartments Opp. Polychem Factory, S.V. Road, Goregaon West, Bombay - 400 062.

OR Shri C.K. Subramaniam, 387, 14th Main Road, MCR Vijayanagar, Bangalore, Pin-560 040. Tel: 351307

OR Smt. V. Rathi, 454/1-A, 21st Cross Street Behind Stedford Hospital Leninnagar, Ambattur, Madras - 600 053.

காஞ்சிசில்டெக்ஸ்



எங்களிடம் 200 ரூபாய்க்கு மேல்
ஜவுளி வாங்குபவர்களில் ஒரு
அதிர்ஷ்டசாலி தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டு
ஒவ்வொரு மாதமும் ஒரு பட்டுப் புடவை
பரிசாக வழங்கப்படும்.

15ம் தேதி ஜனவரி 1991 வரை
5% முதல் 10% வரை தள்ளுபடி.

எங்களிடம் சில்க் சாரீஸ், கிரேப் சில்க், காட்டன் சாரீஸ், மில் காட்டன் சாரீஸ், பாலியஸ்டர் சிந்தடிக் மற்றும் ரெடிமேட் டிரஸ்ஸஸ் கிடைக்கும்.

பரிசு - ஒரு பட்டுப் புடவை

KanchiSiltex

காஞ்சி சில்டெக்ஸ்
X41, (C 46 B) IIவது அவென்யூ
அண்ணா நகர், சென்னை-600 040
அய்யப்பன் கோவில் அருகில்

ஜாதி, மதம் முக்கியம் இல்லை. மணப்பெண் 35 முதல் 40 வயதிற்குள் நல்ல பொறுமையுள்ள குழந்தைகளைக் கவனிக்கும் பெண்ணாக இருக்க வேண்டும். பெட்டி எண்: 5082.

* பாலக்காடு, ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜ கோத்திரம், தனியார் நிறுவனத்தில், ரூ.700 மாத வருமானம், எஸ். எஸ். எல். சி., 36 வயது பையனுக்கு, விசாகம் நட்சத்திரம் தகுந்த மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகம், குடும்ப விவரத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 5083.

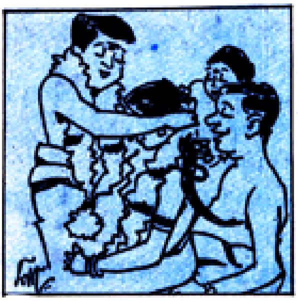
* சோழிய பிள்ளை வயது 32, படிப்பு பி. யு. சி., மதுரையில் பிரபல தனியார் லிமிடெட் கம்பெனியில், மாதம் ரூ. 2100/- சம்பளத்தில் நிரந்தர வேலையிலுள்ள (5½ அடி உயரம்) மணமகனுக்கு டீச்சராக பணிபுரியும், அல்லது டீச்சர் டிரெயினிங் முடித்த அழகான மணமகள் தேவை. பெட்டி எண்: 5084.

* ஐயர், வடமாள், ஆத்ரேய கோத்திரம், திருவோணம், வயது 29, உயரம் 5' 4" மருதுபாண்டியர் போக்குவரத்துக் கழகத்தில் ஜூனியர் அசிஸ்டெண்ட் ஆகப் பணிபுரியும் பட்டதாரி வரனுக்கு 25 வயதுக்குள் அரசுப் பள்ளியில் ஆசிரியையாக உள்ள பெண் தேவை. வரதட்சிணை இல்லை. ஜாதகம் வேண்டும். பெட்டி எண்: 5085.

* தமிழ் விஸ்வகர்மா — மத்திய அரசு — 42/2500/- ஹஸ்தம், விவாகரத்தான குழந்தை இல்லங்கம் தீய பழக்கங்கள் இல்லாதவருக்கு படித்த அன்புள்ள, கடவுள் பக்தியுள்ள நன்கு புரிந்து அனுசரணையுடன் வாழ விரும்பும் நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த வயது 28 அதற்கு மேற்பட்ட பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 5086.

* தனியார் துறையில் 1800/- ரூபாய் சம்பளம், ஜாதி பிரமலை கள்ளர் (இந்து) முக்குலத்தோர் இனம். இவருக்கு நல்ல வசதியுடைய மணமகள் தேவை. இளம் விதவைகள் விவாகரத்தும் ஆனவர்களும் தங்கள் முழு விவரத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். மணமகள் வயது 35, ஜாதி மதம் தடை இல்லை. பெட்டி எண்: 5087.

* இந்து சோழிய செட்டியார், பி. எஸ்ஸி., வயது 28, வெட்னரி



டாக்டராக வேலை செய்யும் மாதம் ரூ. 3500/- சம்பளம் வாங்கும் வசதியுடைய வரனுக்கு, நல்ல சிவப்பு நிறமும் பட்டதாரியான 25 வயதுக்குள் பெண் தேவை. வேலையிலும் இருக்கலாம். குடும்ப விவரங்களுடன் ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 5089.

* வடமாள், கௌசிகம், கார்த்திகை 4 ஆம் பாதம், வயது 35, பி. காம்., டி. ஈ. எம்., சொந்தம் தொழில் உபரி தொழில் பிரிண்டிங் வருமானம் ரூ. 1500/- வடமாள், படித்த, வேலை (அ) வியாபாரம் செய்கிறவளாகவும் வயது 28 க்குள்ளாகவும் பெண் தேவை. பெட்டி எண்: 5090.

* Baradwaja, Brahacharanam, Sadayam, B.Sc., 32/165/2000 only son good habits seeks Govt/Public Sector/Public Ltd. employed; Madras based girls. Subsect no bar. To Box No.5091

* Alliance invited for Tuluva Vellala Mudaliar, vegetarian, Commerce graduate, age 26, own business monthly income Rs. 5000/- own house, 5'10" Avittam star. Reply with girl's horoscope and family particulars to Box No.5092

* Alliance invited for Vadamal, Athreya Gothram, Anusham 29/163/1700 employed in Madras. Boy has no horoscope. Madras based employed girls preferred. Subsect no bar. No dowry. Box No.5093

* Alliance invited from smart graduate girl for Athreya, Vadama Iyer 26 yrs. M.Sc., (Comp. Applns.), Magam, employed reputed firm. Contact Sethuraman, 22-45, Radhakrishna Nagar, Malkajgiri, Hyderabad - 500 047.

* புதுடில்லியில் தனியார் நிறுவனப் பணியிலுள்ள தெலுங்கு பிராமணாள் முலகநாடு, ஆயில்யம் 4 ஆம் பாதம், வரனுக்கு 30/165/4000/- மணமகள் தேவை. விவரங்களுக்கு ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 5094.

* அரசுத் துறையில் பணிபுரியும் முத்துராஜா வகுப்பைச் சேர்ந்த வயது 29 உள்ள மணமகனுக்கு இதே வகுப்பைச் சார்ந்த நல்ல அழகுள்ள படித்த அரசுத்துறையில் பணியில் உள்ள அல்லது பணியில் இல்லாத மணமகள் தேவை. பெட்டி எண்: 5095.

* தமிழக அரசுப் போக்குவரத்து கழகத்தில் டெக்னீஷியன் ஆகப் பணிபுரியும் சோழிய வெள்ளாளர் வகுப்பைச் சேர்ந்த 29 வயது மணமகனுக்கு இதே வகுப்பைச் சேர்ந்த நல்ல அழகுள்ள படித்த அரசு பணியில் உள்ள மணமகள் தேவை. பெட்டி எண்: 5096.

* வாணிய செட்டியார், 32 வயது, மாநிறம், ஏ. எம். ஐ. ஈ., பொதுத் துறை, நற்குணமுடைய வரனிற்கு படித்த, நல்ல குணமுடைய, குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. பெட்டி எண்: 5097.

* சௌராஷ்டிர குலம், வயது 33, மைத்ரேய கோத்திரம், சித்திரை நட்சத்திரம், ரூ. 4000/- வருமானமுள்ள பி. ஏ. படித்த மணமகனுக்கு நல்ல குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. பெட்டி எண்: 5098.

* நாயுடு, பட்டதாரி, தேசிய வங்கி கேஷியர் 29/160/2500/- மணமகனுக்குத் தக்க மணமகள் தேவை. பணியிலிருந்தால் சம்பளம், பணி விலாசம், வேலையின் பெயர், குடும்ப அந்தஸ்து, ஜாதகம் (இருந்தால்) முக்கியம். பணியில் லாதோரும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண்: 5099.

* யாதவர், வயது 31, ஸ்டேட் கவர்ன்மெண்ட் வேலை, சம்பளம் ரூ. 1000/- யாதொரு கெட்ட பழக்கங்களும் இல்லை, தந்தை இல்லை. இரண்டு ஆண்கள் மாத்திரம் உள்ள சாதாரண குடும்பம். நெல்லை மாவட்டம். நிரந்தர வேலை பார்க்கும் மணமகள் தேவை. ஜனன நட்சத்திரம் குறிப்பிடவும். வரதட்சிணை பெண்ணைச் சார்ந்தவர்களின் விருப்பத்திற்கு உட்பட்டது. பெட்டி எண்: 5100.

* ஆத்ரேய கோத்திரம், அஷ்டசகஸ்ரம், சித்திரை, கன்னி எம். காம்./எல். எல். பி./174/

2400/-. டெல்லியில் விமானப் படை ராடாரில் வேலை பார்க்கும் 27 வயது பையனுக்கு, 23 வயதுக்குள் பட்டதாரி ஐயர் மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 5101.

* கௌசிக கோத்திரம், வடமாள், வயது 35, மத்திய அரசு-சென்னை — வேலை, ரூ. 1800/- சுவாதி, மாநிறம், அண்மையில் அன்பு மனைவியை இழந்தவர், குழந்தைகள் இல்லை. இவருக்கு மத்திய/மாநில/நல்ல நிரந்தர வேலைக்குச் செல்லும் மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். விரும்புவது எளிய திருமணம். விரும்பாதது வரதட்சணை. பெட்டி எண்: 5102.

* பிரஹசரணம் ஐயர், கௌதம கோத்திரம், ஜூலை 1960, அனுஷம், உயரம் 5'6'' சென்னையில் மத்திய அரசு, தபால் இலாகா அக்கவுண்டண்ட் வேலை பார்க்கும் வரனுக்கு (ரூ. 2300) ப்ளஸ்டு படித்து சென்னையில் அல்லது மாறுதல் கிடைக்கக் கூடிய தன்மையில் மத்திய,மாநில அரசு வேலைபார்க்கும் குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். தொடர்பு கொள்ள முகவரி: ஆர். கிருஷ்ணன், சீனியர் கணக்கு அதிகாரி, ஸ்ரீ மீனாட்சி ஆலய அலுவலகம், தெற்கு ஆடி வீதி, மதுரை.

* Wanted fair tall bride around 25, above plus two for smart respectable well settled Naidu boy 31/164/Rs. 15000 monthly for 12 years in Dubai. Father also Dubai based for 16 years earning Rs. 25000 monthly. Caste no bar. Contact : K.V. Kannan, 36, Mahalakshmi Street, Madras - 600 017

மணமகன் தேவை

* Alliance invited for Telugu Mulakanadu Brahmin girl aged 25, SSLC, Karthigai star, Vadoola Gothram musically talented, domestically well trained from well employed boys. Decent marriage. Reply with horoscope to Box No.4167

* Alliance for Vadagalai Iyengar Viswamithra, Uthiradam. Post graduate girl 27 years, slim, good looking, domestically well trained, lecturer, height 5'5". Subsect no bar. Send horoscope with family details to Box No.4168

* Educated and well employed Brahmin bridegroom for Vadakalai Srivatsa Iyengar girl 155 cms height 25 years doing PhD. in Sociology. Star Pooram. To Box No.4169

* கௌசிக கோத்திரம், புனர்பூசம், ஐயர் வடமாள், 28 வயது 10 வது வரை படித்த காது கேட்காத வாய் பேசாத, வசதியுள்ள பெண்ணிற்கு வேலையில் உள்ள வரன் தேவை. மேற்படி குறைபாடுகள் உள்ளவர்களானாலும், பிராமணர்களில் எந்த உட்பிரிவினர்களானாலும் சம்மதம். விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 4170.

* Alliance invited from decently employed Sengunthа Mudaliar bridegroom for good looking State Govt, Madras employed bride 31/155/1800. Reply with horoscope and family details to Box No.4171

* ப்ரஹசரணம், மௌத்கல்ய கோத்திரம், மூலம் 3 ஆம் பாதம், 25/150 செ. மீ./பி. ஏ. வரை படித்துள்ள, சிவந்த நிறமுடைய, வீட்டு வேலைகளில் நன்கு தேர்ச்சி பெற்ற, குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு, நல்ல, நிரந்தர வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 4172.

* புனர்பூசம், வாதூல கோத்திரம், அஷ்டசஹஸ்ரம், 33 வயது, மாதவருமானம்ரூ.4000/-பட்டப்படிப்பு, பி. காம்., பாங்க் ஆபீசராக உள்ள பெண்ணிற்கு நல்ல கம்பெனி/வங்கி/மத்திய அரசாங்கத்தில் வேலை பார்க்கும் வரன் 38 வயதுக்குள் தேவை. உயரம் 5'3'' உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 4173.

* புனர்பூசம், ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், வடமாள், 26 வயது, மாத வருமானம் ரூ. 3500/- பட்டப்படிப்பு,பி.காம்.,பாங்க் ஆபீசராக உள்ளபெண்ணிற்குபாங்க்/மத்திய அரசாங்கம்/கம்பெனியில் வேலை பார்க்கும் வரன் 32 வயதுக்குள் தேவை. உயரம் 5'6'' உட்பிரிவுகளில் பிரஹசரணம் மட்டும் சம்மதம். பெட்டி எண்: 4174.

* சென்னையில்தனியார்நிறுவனத்தில் நிரந்தரமாகப் பணிபுரியும் வன்னியகுல க்ஷத்திரியர், சிவப்பு, 5'1'' வயது 32, மாதம் ரூ. 1200/- பெண்ணுக்குச் சென்னையில் மத்திய, மாநில, அரசு, தனியார் நிறுவனங்களில் பணிபுரியும் வன்னியர் வரன் தேவை. ஜாதகம் பார்த்தும் பார்க்காமலும் ஏற்றுக் கொள்ளலாம். பெட்டி எண்: 4175.

* தமிழ் விஸ்வகர்மா, 26/5'2''/பூரம் நட்சத்திரம், சிம்மராசி, எஸ்.எஸ்.எல்.சி.படித்த குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு அதே இனத்தில் வங்கியில்/தனியார்/அரசாங்க உத்தியோகத்தில் உள்ள மாப்பிள்ளை தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 4176.

* திருநெல்வேலி சைவப் பிள்ளை, 25 வயது, விசாக நட்சத்திரம், 5'3'' உயரம், பி.எஸ்ஸி. (வேளாண்மை) பட்டம் பெற்ற அழகுள்ள பெண்ணுக்கும் பட்டம் பெற்று அரசு அல்லது வங்கித் துறையில் பணியாற்றும் மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 4177.

* சைவ அகமுடையார் பிள்ளை, வகுப்பு, வயது 22, சிவந்த நிறம், அழகிய தோற்றம், பத்தாம் வகுப்பு படித்து வீட்டு வேலைகளில் நல்ல அனுபவம் உள்ள அஸ்வினி நட்சத்திரம், நடுத்தர வகுப்பைச் சேர்ந்த பெண்ணிற்குச் சைவ குடும்பத்தைச் சேர்ந்த வேலை பார்க்கும்/சுய தொழில் செய்யும் மணமகன் தேவை. விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 4178.

* மாத்வ கன்னட, பாரத்வாஜ கோத்திரம், மூலம் 1 ஆம் பாதம், வயது 28, உயரம் 5'2'' பி. காம்., தனியார் கம்பெனியில் பணிபுரியும் பெண்ணிற்கு நல்ல வரன் தேவை. குடும்ப விவரம் ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 4179.

* Alliance invited from Nair/Nambiar/Menon/ bridegrooms for Nair brides one 29 years/150 cms/B.Com., B.Ed., teacher management school, Trichy, Chothi star another 24 years/160 cms/plus two/Anusham star. To Box No.4180

* Alliance invited from 24 Manai Telugu Chettiar 16 house group graduate bridegroom Government employee preferably in Bangalore between 26 to 30 years for fair and good looking B.Sc., graduate working

திருமண மலர் பகுதியில் விளம்பரம் செய்யக் கட்டணம் ரூ. 50/— தொகையை, 'மங்கையர் மலர்' என்ற பெயருக்குச் சென்னையில் உள்ள ஏதாவது ஒரு வங்கியில் மாற்றக் கூடிய MICR டிமாண்ட் டிராப்டாக அனுப்ப வேண்டும். அல்லது மணியார்டர் மூலமாக அனுப்பலாம். போஸ்டல் ஆர்டர் ஏற்றுக் கொள்வதில்லை. ஒரு விளம்பரத்தில் ஒரு வரனுக்கு 30 வார்த்தைகளுக்குள் விவரங்கள் தரவேண்டும். திருமண மலர் பகுதியில் விளம்பரம் செய்பவர்களின் விலாசங்களைக் கொடுப்பதற்கில்லை. விளம்பரங்களுக்குப் பதில் அனுப்புபவர்கள், "விளம்பரதாரர் பெட்டி எண்.... C/o. மங்கையர் மலர், கிண்டி, சென்னை — 600 032 என்ற விலாசத்திற்கு அனுப்ப வேண்டும். தனிப்பட்ட கடிதப் போக்குவரத்து கிடையாது.

as teacher in Bangalore. Correspond with horoscope to Box No.4181

* Alliance invited for Iyer, Sankirthi Gothram Punarvasu graduate unemployed girl, good looking age 32 5'1" from boys in Govt., Bank or good firms below 38 years. Early decent marriage assured. Box No.4182

* Alliance invited for Koundinya Brahacharanam Poorattathi fourth padam, 32 SSLC domestically well trained Kerala Iyer girl. Reply Box No.4183

* Wanted B.E., B.Tech., MBA, Computer Engineer, Govt, Bank, officer boy for Mulakanadu, 23, 159 cms, B.Sc, Computer Science, very fair, Gouthama Gothram, Poosam girl, learning violin. Decent marriage, apply with horoscope to Box No.4184

* Iyengar, Koundinya Gothram, Poorattadhi star, 19/161 cms, smart, slim, convent educated girl doing B.Sc seeks very well placed engineers/CA's/LIC/Bank/Railways/Executives etc. below 27. Vadagalai no bar. Mars in second place. To Box No.4185

* Alliance invited from non-Sandilya Vadagalai Iyengar MBA/CA/Bank officers/Engineer bridegroom for a Chithirai/beautiful, slim, very fair/21/5'2" B.Com (A.C.S) girl working in a private concern in Madras. Reply with horoscope to Box No.4186

* Alliance invited from respectable family for a Padma Velema Naidu girl, 29, B.A., well trained in domestic disciplines. Apply with details to Box No.4187

* Alliance invited from non-Vathoola Vadama Brahmin employed graduate bachelor bridegroom below 45, for a fair Brahmin graduate bride 40, employed in a Bank drawing a salary of Rs.4000/-. Reply with horoscope to Box No.4188

* Wanted suitable Govt/Bank/Reputed Organisation well employed graduate boys below 32 for Vadamal Bharadwaja Avittam graduate girl 24/152 good looking medium complexioned teacher private school. Decent early marriage. Subsect acceptable to Box No.4189

* திருநெல்வேலி சைவ வேளாளர் இனத்தைச் சேர்ந்த வயது 20, உயரம் 150 செ. மீ., மாநிறம் உள்ள அழகிய, குடும்பப்பாங்கான பட்டதாரி மணமகளுக்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த அரசு வேலையில் உள்ள பட்டதாரி மணமகன் தேவை. குடும்ப விவரங்களுடன் ஜாதகக் குறிப்பும் தேவை. பெட்டி எண்: 4 190.

* "சாத்தாத ஸ்ரீவைஷ்ணவா" இனத்தைச் சேர்ந்த எஸ். எஸ். எல். சி. பாஸ் செய்த, 23 வயது, வீட்டு வேலை நன்கு தெரிந்த பெண்ணுக்கு இதே இனத்தைச் சேர்ந்த அரசுப் பணியில் உள்ள மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 4 191.

* ஆற்காடு துளுவ வேளாளர் (அகமுடையார்)முதலியார் இனம், 26 வயது, 165 செ. மீ. உயரம், மாநிறம், ஒல்லியான எம்.ஏ. படித்துப் பணிபுரியும் பெண்ணுக்கு (ஹஸ்த நட்சத்திரம்) அதே இனத்தைச் சேர்ந்த உயர் படிப்பு படித்துப் பணிபுரியும் மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 4 193.

* 5.3 அடி உயரம், மாநிறம், வெள்ளாளர் குலம், பூரம் நட்சத்திரம், பி. எஸ்ஸி (கெமிஸ்ட்ரி), பி. எட்., படித்த அரசு அங்கீகாரம் பெற்ற மெட்ரிகுலேஷன் பள்ளியில் ஆசிரியையாகப் பணியாற்றும், 24 வயதுள்ள பெண்ணுக்கு ஏதேனும் ஒரு டிகிரி பெற்று, அரசு அலுவலில் உள்ள செவ்வாய் தோஷமுள்ள, இதே குலத்தைச் சேர்ந்த, 30 வயதுக்குட்பட்ட மணமகன் தேவை. இத்தகுதியுடையவர்கள் தங்களது ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 4 194.

* வாதூல கோத்திரம், அய்யங்கார் வடகலை, திருவோணம், 5.5" (164 செ. மீ.) வயது 24, எம். எஸ்ஸி. படித்த பெண்ணுக்கு தீய வழக்கம் இல்லாத மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 4 195.

ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், உத்திர நட்சத்திரம், முதல் பாதம், 22 வயது, 5 அடி உயரம், நல்ல சிவப்பு நிறம், எஸ்.எஸ்.எல்.சி. படித்து ஆங்கிலத் தட்டெழுத்து, சுருக்கெழுத்து தெரிந்த, அழகான, அடக்கமான, குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்குத் தகுந்த வரன் 30 வயதிற்குள் தேவை. விரைவில் திருமணம் ஜாதகத்துடன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 4 196.

* சைவ வெள்ளாளர் முதலியார், 22 வயது, பிறந்த தேதி 27.2.69, படிப்பு 8வது வரை, புனர்பூசம் நட்சத்திரம், மிதுன ராசி, ஜாதகம் உண்டு, குடும்பப் பாங்கான கிராமத்துப் பெண். இந்த வரனுக்கு சைவ வெள்ளாள முதலியார் இனத்தில் மணமகன் தேவை. தனியார், கவர்மெண்ட் எதுவாக இருந்தாலும் பரவாயில்லை. பெட்டி எண்: 4 197.

* Keralite Vadama upto 31 capable independent affluent in leading metropolis or abroad for Bharadhawajam Bombayite graduate girl attractive medium complexioned 165/23 Magam first padam jathakam with dosham respond with horoscope full family details to Box No.4198

* மாத வருமானம் ரூ. 3500/-, படிப்பு எம். எஸ்ஸி., எம். எட்.

(செவிண்டிசீ), 32 வயது சன்ன விவாகரத்து பெற்றுக் கொண்ட குழந்தைகள் இல்லாத செட்டியூக் கவுண்டர் இனப் பெண்ணிற்குத் தகுந்த வரன் 40 வயதிற்குள் தேவை. மனைவியை இழந்த மற்றும் விவாகரத்து பெற்றுக் குழந்தைகள் இல்லாதவர்களும் சம்மதம். பெட்டி எண்: 4199.

* வேளாளர் பிள்ளை, வயது 33, 5½ அடி. மத்திய அரசுப் பணிசெய்யும்பெண்ணிற்கு ஏற்கெனவே திருமணமாகித் தவிர்க்க முடியாத காரணத்தினால் விவாகரத்துப் பெற்றவள். குழந்தைகள் இல்லை. நல்ல உத்தியோகத்தில் உள்ளவரானாலும் விவாகரத்துப் பெற்றவரானாலும் விண்ணப்பிக்கலாம். பம்பாய்வாசிகளுக்கு முன்னுரிமை. பெட்டி எண்: 4200.

* Alliance for girl 28 years Ayilyam Kousika Gothram employed Telugu Velnadu divorcee grooms required 31 to 34 years well settled language subsect divorcees/ widowers without encumbrances no bar to Box No.4201

* Wanted well employed bridegroom above 35 for a Tanjore Vadama, Koundinya, Punarpoosam, age 31, graduate, domestically trained bride. Subsect no bar. Early marriage to Box No.4202

* Alliance invited for iyer girl, Ashtasahastram 32, graduate, Sadayam, Pauroshya Gothram, Govt. employee, from well placed preferably working and willing to work at Nagpur. Horoscope subsect no bar. Box No.4203

* கௌசிக கோத்திரம், வடதேச வடமாள் வயது 25, விசாகம் நட்சத்திரம், உயரம் 5 அடி, +2 தேறிய, வேலையில்லாத பெண்ணிற்கு அரசாங்கம், தனியார் நிறுவனத்தில் வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 4204.

* வாதுல கோத்திரம், வடமாள் 5' 6," எஸ். எஸ். எல். சி. பாஸ். சிவப்பு. அழகு. வேலை இல்லை. வயது 29. ஏழை பெண்ணிற்கு வேலையிலுள்ள வசதியுள்ள வரன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். மனமொத்த குணமானவர். வரவு இல்லை. எளிய உடன். திருமணம் சம்மதம். பெட்டி எண்: 4205.

* கவரை நாயுடு, வயது 23, உயரம் 165 செ.மீ., மூலம் நட்சத்திரம், பி. ஏ. படித்துள்ள, நிறமும், அழகும், குணமும் உள்ள குடும்பப் பாங்கான பெண்ணிற்கு, அதே இனத்தைச் சேர்ந்த படித்த வங்கிப் பணி/அரசுப் பணியில் நிரந்தர வேலை, முன்னேற்றமான தொழில் செய்யும் கௌரவமான குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணமகன் தேவை. ஜாதக விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 4206.

* வன்னிய குல க்ஷத்திரியர் (கவுண்டர்) வயது 19, எஸ். எஸ். எல். சி., 5 அடி உயரம், அழகும், குணமும் உள்ள பெண்ணிற்கு வட ஆற்காடு, செங்கை — அண்ணா மாவட்டத்தைச் சேர்ந்த அரசாங்கம் அல்லது நிரந்தர வேலையிலிருக்கும் அதே இனத்தைச் சேர்ந்த மணமகன் தேவை. நல்ல முறையில் திருமணம் செய்து தரப்படும். பெட்டி எண்: 4207.

* வடமாள், ஹரிதகோத்திரம், உத்திரம், 32 வயது, 5'3" உயர முள்ள விவாகரத்தான குடும்பப் பாங்கான பட்டதாரிப் பெண்ணிற்கு பரந்த மனப்பான்மையுள்ள நல்ல வேலையில் உள்ள மணமகன் தேவை. மனைவியை இழந்தவராயினும் விவாகரத்து பெற்றிருந்தாலும் விண்ணப்பிக்கலாம். பிராமணர்கள் மட்டும் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 4208.

* சென்னை தனியார் நிறுவனம் ஒன்றில் பணிபுரியும் பெண்ணுக்கு, (சைவ வெள்ளாள பிள்ளை, வயது 30), அதே இனத்தைச் சேர்ந்த நடுத்தர குடும்பத்தைச் சேர்ந்த கௌரவமான வேலையில் உள்ள மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 4209.

* Wanted broadminded affectionate, well qualified, well settled, non Sankirti Brahmin groom below 44 for Bank employed divorcee girl 37 with 6 years old son having own accomodation etc., etc. Divorcee, widower no bar. Send details to Box No.4210

* Wanted Vadagalai Aiyangar bridegroom below 31 well settled graduate, diploma holder with good family background for Bharadwaja graduate girl Tiruvonam 24/158 cms medium complexion good looking wearing glasses domes-



tically trained. Typewriting Hindi/English not employed home loving type. Reply Box No.4211

* Tamil Yadava Bangalore based fair, good looking slim domestically well trained 19/157 cms/SSLC seeks alliance from Govt/Private/Businessmen please correspond with horoscope with bio-data and family details through Box No.4212

* பிராமணியார் இனம், வயது 30, உயரம் 152 செ.மீ., மாநிறம், படிப்பு பி. யு. சி. வரை, புனர்பூசம் நட்சத்திரம், காந்த மகரிஷி கோத்திரம், தட்டெழுத்தில் தமிழ் ஆங்கிலம் ஹையர் தேர்ச்சி பெற்றவர். சுமாரான குடும்பத்தைச் சேர்ந்த குடும்பப்பாங்கான, அழகும், குணமும் கொண்ட பெண்ணுக்குச் சுமாராகப் படித்த, நிரந்தர வேலையிலுள்ள நல்ல குணமுள்ள அதே இன குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 4213.

* பம்பாய் கஸ்டம்ஸில் பணிபுரியும் தெலுங்கு பிராமணாள், நியோகி, காசியப கோத்திரம், பூரட்டாதி நட்சத்திரமுடைய பெண்ணிற்கு 28/160/2000/- மணமகன் தேவை. தமிழ்/தெலுங்கு உட்பிரிவுகள் ஏதானாலும் சம்மதம். விவரங்களுக்கு அணுகவும். பெட்டி எண்: 4214.

* Alliance invited for Thengalai Iyengar girl Kousika aged 31, 4'10" Mirugasherisham PUC, typing higher and domestically well trained. Subsect no bar, Box No.4215

* Wanted suitable bridegroom for Bombay settled girl, 25 years, 5' medium complexion, studied +2, Seer Karunikar Gothram, Athimaharishi, Rohini, Sevai dosham, decent

early marriage, reply to Box No.4216

* Alliance from decently employed M.Tech/MBA's/CA's below 30 years for postgraduate/GMAT/TOFEL, Iyer, Vadamal, Vathoolan, Revathi 24/160 homely bride, having spastic brother aged 14 years. Father highly placed executive. Overseas employed grooms preferred. Reply with horoscope to Box No.4217

* Vadama Garga Purattadhi Palghat Iyer girl fair, post graduate employed Nationalised Bank 30/5'2"/2400 seeks BE/CA/Banks/Insurance/public sector. Iyer graduate boys. Horoscope details to Box No.4218

* Alliance for Tamil Tenkalai Iyengar girl, Bombayite, Vadula Gothram, Moolam, HSC, 27/160 having furnished posh ownership flat in Dombivli, Bombay. Reply Swami, P.O. Bag 10, Thane - 400 601

* Brahmin girl 28, 5 feet fair B.Sc., domestically excellently trained, Sadayam, Haritha Brahacharanam seeks alliance for a well employed boy. Contact : S. Viswanathan, 166/3 IV Avenue, Anna Nagar, Madras - 600 040

* பிராமண/யாதவ பெற்றோரில் 28 வயது, 26 வயது மகன்களுக்கு ஜாதி, இன பேதமில்லாத வரன் தேவை. மூத்த பென் ரூ. 1200/-சம்பளம். இளையவன் ரூ. 1500/-. மாநில அரசு பணி. பெட்டி எண்: 4 219.

* Alliance for Hindu Saiva Desikar girl 5'3"/24 (B.Com.) both typing higher. Dip. in Photography. Domestically well trained. Subsect no bar. Apply with horoscope immediately to Box No. 4220

* 39 வயது நிரம்பிய பட்டப் படிப்பு படித்த குடும்பப்பாங்கான தெலுங்கு பிராமண பெண்ணிற்கு. தமிழ்/தெலுங்கு பிராமண மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். கௌதம கோத்திரம். சித்திரை நட்சத்திரம். குழந்தை பாரமற்ற தாரம் இழந்தவர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். தொடர்பு கொள்க. பெட்டி பெட்டி எண்: 4 221.

* Ashtasahsram Sankruti Gothram girl Kettai 28/152 graduate State Government employed from decently employed grooms preferably transferable to Ta il Nadu. Subsect acceptable details to Box No.4222

* Alliance for Tamil Iyer Ashtasahasram Bharadwaja Gothram fair beautiful unemployed girl 28/156 cms Ayilyam second padam Shuddha jathakam passed PUC from graduate grooms well settled subsects acceptable. Apply horoscope details to Box No.4223

* Alliance invited from well settled Iyengar boys for Thengalai girl (B.Com) 20/166 cms star Sadayam. Kousika Gothram, well trained in domestic work. Vadagalai acceptable. Correspond with horoscope and family particulars to Box No.4224

* Saivam Phd. class I Officers APS high ranking qualified below 35 for a decent homely cultured qualified girl M.B.B.S. can practise here also. Facilities will be provided. C.As too preferred. To Box No.4225

* வடமாள், தமிழ், ஆங்கிலம், ஷார்ட் ஹாண்ட் பாஸ் செய்த பெண், பிறந்த தேதி 13.9.60. தபால் அலுவலகத்தில் ரூ.2560/- சம்பாதிக்கிறாள். எளிய திருமணம். உட்பிரிவுகள் பரவாயில்லை. நிரந்தர வேலையில் உள்ள பிராமண வகுப்பு வரன் தேவை. பெட்டி எண்: 4 226

* Wanted qualified decently employed Iye groom for Kousika Brahacharanam graduate girl star Thiruvadhirai, twenty seven years, height 5'3". Subsect no bar. Employed Defence Ministry, Delhi, seeking transfer to Madras. Reply with horoscope to Box No.4227

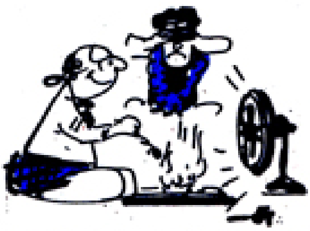
மணமகன் —
மணமகள்
தேவை.

* பிராமணர், பிரஹசரணம், வடமர்வகை கோத்திரம், ஸ்வாதி நட்சத்திரம், உயரம் 5'3" வயது 29. இரயில்வேயில் பணிபுரியும் பெண்ணிற்கு மத்திய — மாநில அரசில் பணியாற்றும் மணமகன் தேவை. முகவரி: எஸ். சங்கரநாராயணன், நெ. 3, ஆதித்தனார் தெரு, காந்திநகர், ஆவடி, சென்னை — 600 054.

* வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், பி. காம்., 34 /800/- கார்த்திகை, தனியார் துறையில் பணிபுரியும் பையனுக்கு வேலைக்குச் செல்லும் பெண்ணும், அவர் சகோதரி பூராடம், எம். எஸ். ஸி., 32, தனியார் துறையில் வேலை பார்க்கும் பெண்ணிற்கும் தகுந்த வரன்கள் ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3125.

* Own brother and sister Karkarta Saiva Vellala Pillai (Tirunelveli) for Post graduate Engineer (M.E.) 32, 5'8½" Kettai, own industry. His sister M.Sc., 23, 5'5½", Chithirai. Engineers and qualified prople preferred. Contact Box No.3126

* Mutual or separate suitable alliances are invited for Saiva Desikar boy B.Com., PG DPM & IR/32/176/3000 in Public Sector and his sister (B.Com)/ 5'3"/24, both typing higher. Domestically well trained. Subsections no bar. Contact with horoscope to Box No.3127



பரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ் பிரைவேட் லிமிடெட் சார்பாகப் பரதன் அச்சகத்தில் ஆசிரியர் பொறுப்பேற்று அச்சிட்டு வெளியிடுபவர்: வி. முரளி. இணை ஆசிரியர்: மஞ்சுளா ரமேஷ்.
நிர்வாகக் காரியாலயம், ரேஸ்கோர்ஸ் சாலை, கிண்டி-600 032. போன்: 431543, 434157, 434145.
ஆண்டுச் சந்தா — உள்நாடு: ரூ. 60/-; வெளிநாடு: கப்பல் தபால் ரூ. 140/-; விமானத் தபால் ரூ. 300/-.
ஆறு மாதச் சந்தா — உள்நாடு: ரூ. 30/-; வெளிநாடு: கப்பல் தபால் ரூ. 70/-; விமானத் தபால் ரூ. 150/-.

வெல்வெட்டின் டியோடரண்ட் விந்தை.



புதிய வெல்வெட் டியோடரண்ட் டால்கின் விந்தை. சாதாரண டால்கம் பவுடர் போன்று அல்ல இது. இதில் நிறைந்துள்ள எலுமிச்சைப் புத்துணர்ச்சி, நாள் முழுதும் தன்னம்பிக்கையை நீடிக்கச் செய்கிறது. காரணம் இதிலுள்ள இர்கசான் டிபி 300. சர்வதேச டியோடரண்ட் ஃபார்முலேஷன் அடங்கிய இது வியர்வையிலே துர்வாடை ஏற்படுத்தும் கிருமிகளை அழிக்கவல்லது. இதனால் வெல்வெட் தூவி பல மணி நேரங்களுக்குப் பிறகும் நீங்கள் அதே புத்துணர்ச்சியுடனும், தன்னம்பிக்கையுடனும் ஜொலிக்கலாம். புதிய வெல்வெட் டியோடரண்ட் டால்க். இனி எந்நேரமும் அருகாமை சுகத்தை அனுபவிப்பீர்.

இர்கசான் டிபி 300 –
நாள் முழுதும்
புத்துணர்ச்சி நீடிக்கும்
சர்வதேச டியோடரண்ட்.

அருகாமை சுகம்!



நாள் முழுதும் நீடிக்கும் புத்துணர்ச்சிக்கு

புதிய

வெல்வெட்®

லைம் டால்க்.
சர்வதேச டியோடரண்ட் அடங்கியது

விநியோகஸ்தர்கள் : கோத்ரெஜ் சோப்ஸ் லிமிடெட்

everest/90/PC/300-11

REGISTERED NO. TN MS (S) 231

Registered as Newspaper in Srilanka



Our Pearls Are Our Pride









SRI **Jagdamba**
PEARLS DEALER
M.G. ROAD, SECUNDERABAD (A.P.)
PHONE: 840969

AT AMBICA PEARLS
Shop No. 14,
Basement, Alsa Ma
Montieth Road, Eg
MADRAS-600 008.
Phones: 471802/41

The most celebrated name in pearl jewellery.